

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Белгородской области

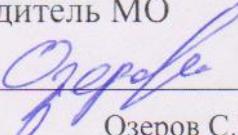
Администрация муниципального района "Прохоровский район"

Белгородской области

МБОУ «Лучковская СОШ»

РАССМОТРЕНО

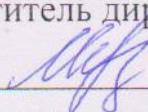
Руководитель МО

  
Озеров С.В.

от «25» 06 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

  
Марущенко В.А.

от «30» июня 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

  
Нежурина Н.В.  
Приказ №601 от «25»  
августа 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1527779)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 5 – 9 классов

Лучки 2023

" " "

« »

---

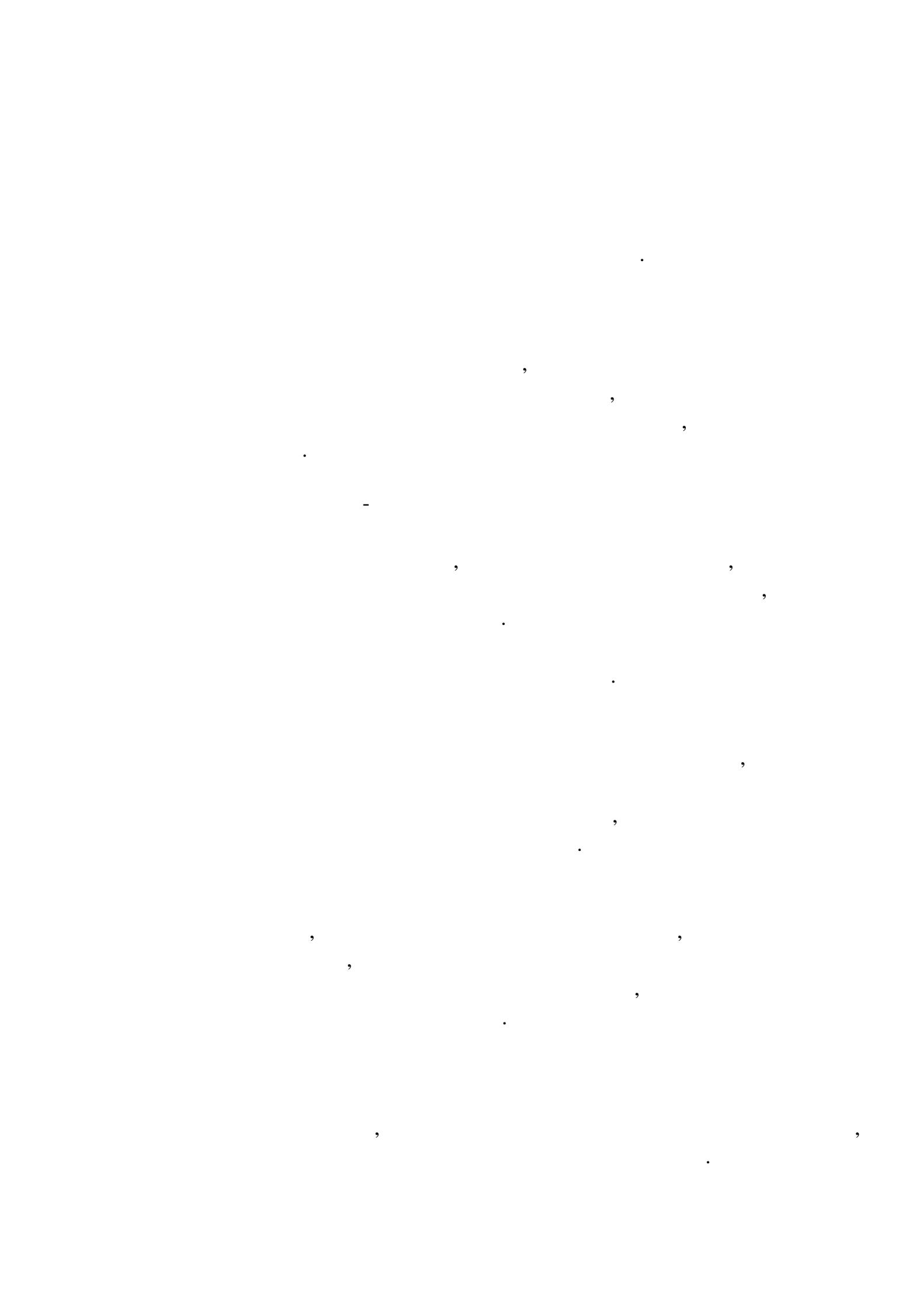
. «25» 06 2023 . . . . . «30» 2023 . . . . . 60.1 «25»  
2023 . . . . .

(ID 1527779)

« »

5 – 9

2023



∴ , , , ( ), , , .

9

,

« »,

« »

,

1

».

,

2

»

?

2

3

, - 510

5

$$102 \quad (3 \quad ), \quad 6 \quad - 102 \quad (3 \quad ), \quad 7$$

$$- 102 \quad (3) \quad , \quad 8 \quad - 102 \quad (3) \quad , \quad 9$$

- 102 (3). «

» 150

» 150

(1)

).



« ».

,  
 (                  ).  
 (                  ),  
 (                  ).

$90^\circ$ , , ( ).

,

« , » ,

« ».

« ».

«                », «                »; «                », «                »

, « », « », « », « »),



«                  ».

, ,

.

,

,  
(       ).

«                  » (       ) «                  » (       ).

,

-

, ,

(       ).

: ,

(       ).  
(       ).

«                  ».

,

,

:

«                  »,

,

(       ) . (       )

«                  ».

,

,

, , , ,

«                  ».

:

.

,





«

».

« ».

, , , ( ).

, ( ).

( ).

( ).

( ).

« ».

,

2

».

( )

« ».

7

2

,

,

« ».

« ».

,  
,

,  
,

,  
,

,

,

,

,

(        ).

(        ).

«        ».

«                ».

(              ).

(              ).

(              ).

(              ).

(              ).

«                ».

:

«                »,

«                ».

«                ».

:

,

«                ».

:

«                ».

.

,

, , ,

:

,

.

,

.

,

.

«                ».



).

,

( ) ( )

( ).

(

).  
,

, ,

( ),

( , , , ).

« ».

, ,

, , , ( )

( ).

,

( , , , , ).

, ( , ).

,

,

.

,

,

.

( ),  
( ),

,

,

,

,

),

(

),

,

,

( ),

(

«

»),

).

,

( « ,  
»).

«

».

(

).

(

».

.

(

,

).

.

( , ).  
« ».

, , , .  
• • , •  
( « » « » ).  
« ».

, , ,  
• • ,  
• , « » , « » .  
« ».  
• ,  
• , « » , « » .  
« ».

1)

( , , , , ).  
( ) ( )  
( ).

2)

, « »,  
 $360^\circ$ .  
 ( ).

3)

4)

( ).  
 ). « » ( ).  
 ( ).

,  
 ( , , ), ,  
 « »,

( , « »).

$180^\circ$   $360^\circ$ .

( ), , .

, «»

, ,

, .

,

( , , ,

).

:

,

;

,

;

,

,

,

;

,

;

,

;

;

,

;

,

;

,

,

;

,

,

,

;

,

,

;

,

;

,

,

,

.

,

,

.

:

,

;

,

;

,

;

,

,

;

;

,

;

,

;

-

;

-

:

,

,

;

,

,

;

,

;

,

,

;

,

,

»

,

,

,

,



, ;  
« »  
( );

( ),  
,

( );  
,

;

« »;  
(  
— );

-  
;  
:  
(  
,

);  
(  
,

( );  
,

(  
,

).

6 :  
;

,  
,

;

,

;

;

;

;

;

,

,

;

( ),

-

( );

,

;

«

»,

,

,

;

,

,

,

(

-

);

-

;

:

(

,

,

);

(

,

);

(

,

,

).

,

;

,

;

«

»,

,

;

,

«

»

«

» ( );

( );

( );

-

,

,

, ( );

( );

«

» «

»,

;

,

;

,

,

(

-

);

-

;

:

(

,

,

);

,

(

);

(

,

-

,

).

8

:

,

;

«

»,

,

;

;

,

;

( );

,

,

,

( );

«

»,

,

;

;

,

,

,

(

-

);



, , « »,

; ,

, ;

( );

, « » ( );

, - ( );

, ( );

;

;

;

, ;

;

: ,

, , ,

,

;

.

5

	/					( )
1.						
1.1		3				
		3				
2.						
2.1		5				
		5				
1. -						
1.1	-	6				
		6				
2. -						
2.1	( " " )	8				
2.2	( " " )	8				
2.3	( " " )	10				
2.4	. (	12				

	"")				
2.5	" . (")	10			
2.6	" . (")	10			
2.7	" ") (	30			
		88			
		102	0	0	

6

/					( )
1.					
1.1		3			
		3			
2.					
2.1		5			
		5			
1.	-				
1.1	-	3			
		3			
2.	-				
2.1	( " ")	14			
2.2	( " ")	10			
2.3	( " ")	7			
2.4	" . ( ")	12			

2.5	" . (")	10			
2.6	" . (")	8			
2.7	" ")	30			
		91			
		102	0	0	

/					( )
<b>1.</b>					
1.1		3			
		3			
<b>2.</b>					
2.1		5			
		5			
<b>1.</b> -					
1.1	-	3			
		3			
<b>2.</b> -					
2.1	( " ")	12			
2.2	( " ")	10			
2.3	( " ")	10			
2.4	" . ( ")	10			

2.5	" . (")	8			
2.6	" . (")	11			
2.7	" ")	30			
		91			
		102	0	0	

/					( )
1.					
1.1		3			
		3			
2.					
2.1		5			
		5			
1.	-				
1.1	-	3			
		3			
2.	-				
2.1	( " ")	8			
2.2	( " ")	12			
2.3	( " ")	9			
2.4	( " ")	6			
2.5	. ( )	10			

	"")				
2.6	" . (")	10			
2.7	" . (")	6			
2.8	" ")	30			
		91			
		102	0	0	

9

/					( )
1.					
1.1		3			
		3			
2.					
2.1		5			
		5			
1.	-				
1.1	-	3			
		3			
2.	-				
2.1	( " ")	10			
2.2	( " ")	12			
2.3	( " ")	6			
2.4	( " ")	4			
2.5	. ( )	9			

	"")				
2.6	" . (")	10			
2.7	" . (")	10			
2.8	" ") (	30			
		91			
		102	0	0	



5

/		1				
1		1			06.09.2023	
2	.	1	0.3		07.09.2023	
3		1			08.09.2023	
4		1			13.09.2023	
5		1			14.09.2023	
6		1			15.09.2023	
7		1			20.09.2023	
8		1			21.09.2023	
9	3	1			22.09.2023	
10		1				

	.				27.09.2023	
11	30 .	:	1		28.09.2023	
12	30 .	:	1		29.09.2023	
13	90 .	:	1		04.10.2023	
14	3*10 .	:	1		05.10.2023	
15	3*10 .	:	1		06.10.2023	
16			1		11.10.2023	
17			1		12.10.2023	
18	1000	:	1		13.10.2023	
19	1000	:	1		18.10.2023	

20		1			19.10.2023	
21		1			20.10.2023	
22	: 150 .	1			25.10.2023	
23	: 150 .	1			26.10.2023	
24	: . .	2	1		27.10.2023	
25	: . .	2	1		08.11.2023	
26	.( ) ( ) 3	1			09.11.2023	
27	.( ) ( ) 3	1			10.11.2023	
28	. .	1			15.11.2023	
29		1			16.11.2023	

30		1			17.11.2023	
31		1			22.11.2023	
32	:	1			23.11.2023	
33	:	1			24.11.2023	
34		1			29.11.2023	
35		1			30.11.2023	
36	:	1			01.12.2023	
37	:	1			06.12.2023	
38	:	1			07.12.2023	

	—					
39	—	1			08.12.2023	
40	:	1			13.12.2023	
41	:	1			14.12.2023	
42	90	1			15.12.2023	
43		1			20.12.2023	
44	« »	1			21.12.2023	
45		1			22.12.2023	

46		1			27.12.2023	
47	.	1	0.3		28.12.2023	
48		1			29.12.2023	
49		1			10.01.2024	
50		1			11.01.2024	
51		1			12.01.2024	
52		1			17.01.2024	
53		1			18.01.2024	
54		1			19.01.2024	
55	« »	1			24.01.2024	
56	« »	1			25.01.2024	
57		1			26.01.2024	
58		1			31.01.2024	
59		1			01.02.2024	

60		1			02.02.2024	
61	1 . : .	1			07.02.2024	
62	1 . : .	1			08.02.2024	
63	.( ( ) 3 .	1			09.02.2024	
64	.( ( ) 3 .	1			14.02.2024	
65		1			15.02.2024	
66		1			16.02.2024	
67	50 . : .	1			21.02.2024	
68	50 . : .	1			22.02.2024	
69		1			23.02.2024	

70		1			28.02.2024	
71		1			29.02.2024	
72		1			01.03.2024	
73		1			06.03.2024	
74		1			07.03.2024	
75	.	1			08.03.2024	
76		1			13.03.2024	
77		1			14.03.2024	
78		1			15.03.2024	
79		1			27.03.2024	
80		1			28.03.2024	
81		1			29.03.2024	
82		1			03.04.2024	

83		1			04.04.2024	
84		1			05.04.2024	
85		1			10.04.2024	
86		1			11.04.2024	
87		1			12.04.2024	
88		1			17.04.2024	
89		1			18.04.2024	
90		1			19.04.2024	
91		1			24.04.2024	
92		1			25.04.2024	
93		1			26.04.2024	
94		1			01.05.2024	
95	»	«	1		02.05.2024	
96	»	«	1		03.05.2024	

97	»	«	1			08.05.2024	
98	»	«	1			09.05.2024	
99		« »	1			10.05.2024	
100	.	.	1	0.3		15.05.2024	
101	« ».		1			16.05.2024	
102	« ».		1			17.05.2024	
			102	0.9	0		

/					
1		1			04.09.2023
2	.	1	0.3		07.09.2023
3		1			08.09.2023
4		1			11.09.2023
5		1			14.09.2023
6		1			15.09.2023
7		1			18.09.2023
8		1			21.09.2023
9		1			22.09.2023
10		1			25.09.2023
11		1			28.09.2023

12	3-4	1			29.09.2023	
13	60 : 30	1			02.10.2023	
14	: 3*10	1			05.10.2023	
15		1			06.10.2023	
16	1000 1500 :	1			09.10.2023	
17	3 : 2	1			12.10.2023	
18		1			13.10.2023	
19	3 : 2	1			16.10.2023	
20	- :	1			19.10.2023	

	.				
21	:	1		20.10.2023	
	90 .				
22	:	1		23.10.2023	
	150 .				
23		1		26.10.2023	
24	:	1		27.10.2023	
	( )				
25	:	1		06.11.2023	
	.				
26	:	1		09.11.2023	
	.				
27	:	1		10.11.2023	
	.				
28	«	1			

	».( ) 3-4				13.11.2023	
29		1			16.11.2023	
30		1			17.11.2023	
31		1			20.11.2023	
32		1			23.11.2023	
33		1			24.11.2023	
34		1			27.11.2023	
35		1			30.11.2023	
36		1			01.12.2023	
37		1			04.12.2023	
38		1			07.12.2023	
39		1			08.12.2023	
40		1			11.12.2023	

41		1			14.12.2023	
42		1			15.12.2023	
43		1			18.12.2023	
44		1			21.12.2023	
45		1			22.12.2023	
46	: «      »	1			25.12.2023	
47	: «      » .	1	0.3		28.12.2023	
48		1			29.12.2023	
49		1			08.01.2024	
50		1			11.01.2024	
51		1			12.01.2024	
52		1			15.01.2024	
53	,	1				

	, ,				18.01.2024	
54	, ,	,	1		19.01.2024	
55	1 2 . :		1		22.01.2024	
56	1 2 . :		1		25.01.2024	
57	50 . :		1		26.01.2024	
58	50 . :		1		29.01.2024	
59			1		01.02.2024	
60			1		02.02.2024	
61			1		05.02.2024	
62			1		08.02.2024	
63	.		1		09.02.2024	
64			1		12.02.2024	
65			1			

					15.02.2024	
66		1			16.02.2024	
67		1			19.02.2024	
68		1			22.02.2024	
69		1			23.02.2024	
70		1			26.02.2024	
71		1			29.02.2024	
72		1			01.03.2024	
73		1			04.03.2024	
74		1			07.03.2024	
75		1			08.03.2024	
76		1			11.03.2024	
77		1			14.03.2024	

78		1			15.03.2024	
79		1			25.03.2024	
80		1			28.03.2024	
81		1			29.03.2024	
82		1			01.04.2024	
83		1			04.04.2024	
84		1			05.04.2024	
85		1			08.04.2024	
86		1			11.04.2024	
87		1			12.04.2024	

88		1			15.04.2024	
89	3-4	1			18.04.2024	
90	:	1			19.04.2024	
91	:	1			22.04.2024	
92	:	1			25.04.2024	
93	150 .	1			26.04.2024	
94	90 .	1			29.04.2024	
95		1				

	60 . : 30				02.05.2024	
96	3*10 . :	1			03.05.2024	
97	1000 1500 :	1			06.05.2024	
98	- . . :	1			09.05.2024	
99	( ) :	1			10.05.2024	
100	« ». ( ( ) 3-4 . . :	1	0.3		13.05.2024	
101	, :	1			16.05.2024	
102		1			17.05.2024	
		102	0.9	0		

--	--	--	--	--

/					
1		1			05.09.2023
2	.	1	0.3		07.09.2023
3	,	1			08.09.2023
4	60 : 30	1			12.09.2023
5	3*10 :	1			14.09.2023
6		1			15.09.2023
7		1			19.09.2023
8		1			21.09.2023

9		1			22.09.2023	
10		1			26.09.2023	
11		1			28.09.2023	
12		1			29.09.2023	
13		1			03.10.2023	
14		1			05.10.2023	
15		1			06.10.2023	
16	: 1500	1			10.10.2023	
17	: 3	1			12.10.2023	
18	: — .	1			13.10.2023	
19	:	1			17.10.2023	

	90					
20	:	1			19.10.2023	
21	:	1			20.10.2023	
22	:	1			24.10.2023	
23	150	1			26.10.2023	
24	:	1			27.10.2023	
25	« ».( ( ) 4	1			07.11.2023	
26		1			09.11.2023	
27		1			10.11.2023	
28		1			14.11.2023	

29		1			16.11.2023	
30	-	1			17.11.2023	
31		1			21.11.2023	
32		1			23.11.2023	
33		1			24.11.2023	
34		1			28.11.2023	
35		1			30.11.2023	
36		1			01.12.2023	
37		1			05.12.2023	
38		1			07.12.2023	
39		1			08.12.2023	
40		1				

					12.12.2023	
41		1			14.12.2023	
42		1			15.12.2023	
43		1			19.12.2023	
44		1			21.12.2023	
45	-	1			22.12.2023	
46	.	1	0.3		26.12.2023	
47		1			28.12.2023	
48		1			29.12.2023	
49		1			09.01.2024	
50		1			11.01.2024	
51		1			12.01.2024	
52		1			16.01.2024	
53	« »	1			18.01.2024	
54		1				

	« »				19.01.2024	
55		1			23.01.2024	
56		1			25.01.2024	
57		1			26.01.2024	
58		1			30.01.2024	
59		1			01.02.2024	
60		1			02.02.2024	
61		1			06.02.2024	
62		1			08.02.2024	
63	: 2	1			09.02.2024	
64	: 2	1			13.02.2024	
65	: 50	1			15.02.2024	

66	50	:	1		16.02.2024	
67			1		20.02.2024	
68			1		22.02.2024	
69			1		23.02.2024	
70	.		1		27.02.2024	
71			1		29.02.2024	
72			1		01.03.2024	
73			1		05.03.2024	
74			1		07.03.2024	
75			1		08.03.2024	
76			1		12.03.2024	
77			1		14.03.2024	
78			1			

					15.03.2024	
79		1			26.03.2024	
80		1			28.03.2024	
81		1			29.03.2024	
82		1			02.04.2024	
83		1			04.04.2024	
84		1			05.04.2024	
85		1			09.04.2024	
86		1			11.04.2024	
87	-	1			12.04.2024	
88		1			16.04.2024	
89		1			18.04.2024	

90	,	4	1		19.04.2024	
91	:	3	1		23.04.2024	
92	:		1		25.04.2024	
93	:		1		26.04.2024	
94	:		1		30.04.2024	
95	:		1		02.05.2024	
96	:		1		03.05.2024	
97			1			

	150	:				07.05.2024	
98	(	:	)	1		09.05.2024	
99	60	:	30	1		10.05.2024	
100	3*10	:		1		14.05.2024	
101	1500	:		1		16.05.2024	
102	«	».	(	1	0.3	17.05.2024	
	.	.	) 4				
				102	0.9	0	

/						
1		1				
2		1				
3		1				
4		1				
5		1				
6		1				
7		1				
8		1				
9		1				
10		1				
11		1				
12		1				
13		1				

14		1				
15		1				
16		1				
17		1				
18		1				
19		1				
20		1				
21		1				
22		1				
23		1				
24		1				
25		1				
26	«                »	1				
27	«                »	1				
28		1				
29		1				
30		1				

31		1				
32		1				
33		1				
34		1				
35		1				
36		1				
37		1				
38		1				
39		1				
40	, , , ,	1				
41		1				
42		1				
43		1				

44		1				
45		1				
46		1				
47		1				
48		1				
49		1				
50		1				
51		1				
52		1				
53		1				
54		1				
55		1				
56		1				
57		1				
58		1				
59		1				
60		1				
61		1				

62		1				
63		1				
64		1				
65		1				
66		1				
67		1				
68		1				
69	-	1				
70	-	1				
71		1				
72		1				
73	,	1				
74	,	1				

75	60	:	30	1		
76	60	:	30	1		
77	1500	2000	:	1		
78	1500	2000	:	1		
79		:	3	1		
80		:	3	1		
81	2	3	:	1		
82	2	3	:	1		
83		:		1		

	— .					
84	— . : .	1				
85	90 : .	1				
86	90 : .	1				
87	90 : .	1				
88	90 : .	1				
89	90 : .	1				
90	90 : .	1				

91	:	1				
92	:	1				
93	150	:	1			
94	150	:	1			
95	(	:	1			
96	(	:	1			
97	3*10	:	1			
98	3*10	:	1			
99	:	1				

	50					
100	50	:	1			
101	« ».( () 4-5	1				
102	« ».( () 4-5	1				
		102	0	0		

/						
1		1				
2		1				
3	-	1				
4		1				
5		1				
6		1				
7		1				
8		1				
9		1				
10		1				
11		1				
12		1				
13		1				

14		1				
15		1				
16		1				
17		1				
18		1				
19		1				
20		1				
21		1				
22		1				
23		1				
24		1				
25		1				
26	« »	1				
27	« »	1				
28	« »	1				
29	« »	1				
30		1				
31		1				
32		1				
33		1				

34		1				
35		1				
36		1				
37		1				
38		1				
39		1				
40		1				
41		1				
42		1				
43		1				
44		1				
45		1				
46		1				
47		1				
48		1				
49		1				
50		1				
51		1				
52		1				
53		1				

54		1				
55		1				
56		1				
57		1				
58		1				
59		1				
60		1				
61		1				
62		1				
63		1				
64		1				
65		1				
66		1				
67		1				
68		1				
69		1				
70		1				
71		1				
72		1				
73	, . . .	1				
74	, . .	1				

	5-6 . .					
75	60 100 : 30 ,	1				
76	60 100 : 30 ,	1				
77	2000 3000 :	1				
78	2000 3000 :	1				
79	5 : 3	1				
80	5 : 3	1				
81	3 5 :	1				
82	3 5 :	1				
83		1				

	⋮					
	.	16	.			
84	.	⋮	16	.	1	
85	.	⋮	90	.	1	
86	.	⋮	90	.	1	
87	.	⋮		.	1	
88	.	⋮		.	1	
89	.	⋮		.	1	

90	:	1			
91	:	1			
92	:	1			
93	: 150 , 500 ( ), 700 ( )	1			
94	: 150 , 500 ( ), 700 ( )	1			
95	( : )	1			
96	( : )	1			
97	: 3*10	1			
98		1			

	3*10 :					
99	50 :	1				
100	50 :	1				
101	« ».( ( ) 5-6	1				
102	« ».( ( ) 5-6	1				
		102	0	0		





