

Муниципальное образование Новокубанский район, станица Косякинская
муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
основная общеобразовательная школа № 19 им.П.И.Косякина станицы Косякинской
муниципального образования Новокубанский район

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от _____ 2021 года
протокол № ____
Председатель педсовета
_____ С.В.Калинин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По _____ физической культуре _____

Уровень образования (класс) основное общее образование 5-9 классы

Количество часов _____ 510 _____

Учитель _____ Калинин Сергей Викторович _____

Программа разработана на основе ФГОС основного общего образования; примерной программы по физической культуре, включённой в содержательный раздел примерной основной образовательной программы основного общего образования; УМК по физической культуре: УМК «Физическая культура» 5-7 классы. Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др., УМК «Физическая культура» 8-9 классы. Лях В.И.; авторской программы «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я.Виленского, В.И. Ляха 5 – 9 классы» Автор: В.И.Лях - М.: Просвещение, 2016 г.

При составлении рабочей программы произведена корректировка программы в плане изменения числа тем, последовательности их изложения и перераспределения часов. Данные изменения вызваны климатическими условиями края и возможностями материально-технической базы учебного учреждения: разделы «Лыжные гонки (лыжная подготовка)» и «Плавание», «Гандбол» – заменены на раздел «Кроссовая подготовка» и увеличено количество часов в разделе «Спортивные игры».

Для обеспечения большей прикладности, разностороннего воздействия на кондиционные и координационные способности рекомендуется проводить занятия на открытой местности, в условиях преодоления естественных и искусственных препятствий.

Занятия на открытом воздухе обеспечивают выраженный оздоровительный эффект, способствуют закаливанию организма, укреплению здоровья. Поэтому большая часть программного материала спланирована на открытом воздухе (легкая атлетика, кроссовая подготовка, спортивные игры, полоса препятствий). В связи с изменением погодных условий, прохождение отдельных разделов программы в ходе учебного процесса может меняться местами изучения. При этом обязательный минимум федерального государственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры изучается в полном объеме.

В соответствии с СанПиНом 2.4.2.2821-10 для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся рекомендуется проводить не менее 3-х учебных занятий физической культурой в неделю, предусмотренных в объеме общей недельной нагрузки. Курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс из расчёта 3 ч в неделю: в 5 классе - 102 ч, в 6 классе - 102 ч, в 7 классе - 102 ч, в 8 классе - 102 ч, в 9 классе – 102 часов.

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 24.03.2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» «ГТО», постановлением Правительства РФ от 11.06.2014 г. № 540 (в ред. Постановления Правительства РФ от 30.12.2015 г. № 1508) Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) в данной рабочей программе предусмотрена подготовка к выполнению тестов (нормативов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

1. Планируемые результаты изучения учебного предмета, курса.

Выпускник научится:

– рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;

– характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

– раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

– разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

– руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

– руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

– составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол (мини-футбол), волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств;
- владеть техникой выполнения видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне».

Выпускник получит возможность научиться:

- *характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;*
- *характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принеших славу российскому спорту;*
- *определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;*
- *проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;*
- *выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;*
- *преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;*
- *осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;*
- *выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;*
- *выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта.*

2. Содержание учебного предмета

2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

5 класс (102 часа)

ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

История физической культуры. Зарождение Олимпийских игр древности.
 Наши соотечественники – олимпийский чемпионы.

Познай себя. Росто-весовые показатели. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО».

Физическая культура (основные понятия). Комплексы дыхательных упражнений.

Физическая культура человека. Упражнения для сохранения и поддержания правильной осанки.

СПОСОБЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ (ФИЗКУЛЬТУРНОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки. Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль.

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика. Организующие команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика.

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом скамейке (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Лёгкая атлетика.

Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

Спортивные игры.

Баскетбол. Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Футбол. Игра по правилам.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол, волейбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Футбол. Развитие быстроты, силы, выносливости.

6 класс (102 часа)

ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

История физической культуры. Зарождение Олимпийские игр древности.

Наши соотечественники – олимпийский чемпионы.

Познай себя. Росто-весовые показатели. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО».

Физическая культура (основные понятия). Комплексы дыхательных упражнений.

Физическая культура человека. Упражнения для сохранения и поддержания правильной осанки.

СПОСОБЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ (ФИЗКУЛЬТУРНОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.
Составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки. Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль.

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика. Организующие команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика.

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом скамейке (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Лёгкая атлетика.

Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

Спортивные игры.

Баскетбол. Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Футбол. Игра по правилам.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол, волейбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Футбол. Развитие быстроты, силы, выносливости.

7 класс (102 часа)

ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

История физической культуры. История зарождения олимпийского движения в России.

Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура (основные понятия).

Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО».

Комплексы дыхательных упражнений.

Физическая культура человека. Упражнения для сохранения и поддержания правильной осанки.

СПОСОБЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ (ФИЗКУЛЬТУРНОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

Составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Первая помощь и самопомощь во время занятий физической культурой и спортом.

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика. Организующие команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика.
Опорные прыжки.
Упражнения и комбинации на гимнастическом скамейке (девочки).
Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Лёгкая атлетика.

Беговые упражнения.
Прыжковые упражнения.
Метание малого мяча.

Спортивные игры.

Баскетбол. Игра по правилам.
Волейбол. Игра по правилам.
Футбол. Игра по правилам.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол, волейбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Футбол. Развитие быстроты, силы, выносливости.

8 класс (102 часа)

ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

История физической культуры. Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности.

Олимпийское движение в дореволюционной России. Основные этапы развития олимпийского движения в России (СССР). Сведения о московской Олимпиаде 1980г. и о зимней Олимпиаде в Сочи 2014г.

Физическая культура (основные понятия).

Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО».

Физическая культура человека.

Общие гигиенические правила, режим дня, утренняя зарядка и её влияние на работоспособность человека.

Причины возникновения травм и повреждений при занятиях физической культурой и спортом.

СПОСОБЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ (ФИЗКУЛЬТУРНОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

Составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Первая помощь и самопомощь во время занятий физической культурой и спортом

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика. Организующие команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика.

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом скамейке (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Лёгкая атлетика.

Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.
Метание малого мяча.

Спортивные игры.

Баскетбол. Игра по правилам.
Волейбол. Игра по правилам.
Футбол. Игра по правилам.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол, волейбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Футбол. Развитие быстроты, силы, выносливости.

9 класс (102 часа)

ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

История физической культуры. Исторические сведения о развитии Олимпийских игр древности (виды, правила, известные участники и победители).

Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Сведения о московской Олимпиаде 1980г. и о зимней Олимпиаде в Сочи 2014г.

Физическая культура (основные понятия).

Влияние возрастных особенностей организма на физическое развитие и физическую подготовленность. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО».

Физическая культура человека.

Правильная осанка как один из основных показателей физического развития человека.

Участие в двигательной деятельности психических процессов (внимание, память, воображение, мышление).

СПОСОБЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ (ФИЗКУЛЬТУРНОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Закаливание организма, правила безопасности и гигиенические требования во время закаливающих процедур.

Характеристика типовых травм, простейшие приемы и правила оказания первой помощи при травмах.

Оценка эффективности занятий физической культурой.

Двигательные умения и навыки как основные способы освоения новых двигательных действий.

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика. Организующие команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика.

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом скамейке (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Лёгкая атлетика.

Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

Спортивные игры.

Баскетбол. Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Футбол. Игра по правилам.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол, волейбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Футбол. Развитие быстроты, силы, выносливости.

Основные направления воспитательной деятельности

1. гражданское воспитание;
2. патриотическое воспитание;
3. духовно-нравственное воспитание;
4. эстетическое воспитание;
5. физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия;
6. трудовое воспитание;
7. экологическое воспитание;
8. ценности научного познания.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 кл. (102 часа)

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Знания о физической культуре	5	История физической культуры	2	-работать в группе, устанавливать рабочие отношения. -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, -владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. -излагать факты истории развития физической культуры, -характеризовать ее роль и значение в жизни человека. -проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях.	1,5
		Физическая культура (основные понятия)	1		
		Физическая культура человека	2		
Способы двигательной (физкультурной) деятельности	3	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2	-работать в группе, устанавливать рабочие отношения. -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, -владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. -излагать факты истории развития физической культуры, -характеризовать ее роль и значение в жизни человека. -проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях.	1,5
		Оценка эффективности занятий физической культурой	1		
Физическое совершенствование	94	Спортивно-оздоровительная деятельность	94	-работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. -самостоятельно формулировать познавательные цели, осуществлять действия по образцу, сохранять заданную цель. -развитие эстетических чувств, доброжелательности и отзывчивости. Иметь установку на безопасный, здоровый образ жизни. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.	1,5
		Гимнастика	18		
		Легкая атлетика	21		
		Кроссовая подготовка	21		
		Спортивные игры	34		

6 кл. (102 часа)

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Знания о физической культуре	5	История физической культуры	2	-работать в группе, устанавливать рабочие отношения. -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. -излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека. -проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях.	1,5
		Физическая культура (основные понятия)	1		
		Физическая культура человека	2		
Способы двигательной (физкультурной) деятельности	3	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2	-работать в группе, устанавливать рабочие отношения. -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. -излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека. -проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях.	1,5
		Оценка эффективности занятий физической культурой	1		
Физическое совершенствование	94	Спортивно-оздоровительная деятельность	94	- работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. - самостоятельно формулировать познавательные цели, осуществлять действия по образцу, сохранять заданную цель. -развитие эстетических чувств, доброжелательности и отзывчивости. Иметь установку на безопасный, здоровый образ жизни. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.	1,5
		Гимнастика	18		
		Легкая атлетика	21		
		Кроссовая подготовка	21		
		Спортивные игры	34		

7 кл. (102 часа)

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Знания о физической культуре	5	История физической культуры	2	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, устанавливать рабочие отношения. - контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. - излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека. - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях. 	1,5
		Физическая культура (основные понятия)	1		
		Физическая культура человека	2		
Способы двигательной (физкультурной) деятельности	3	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, устанавливать рабочие отношения. - контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. - излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека. - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях. 	1,5
		Оценка эффективности занятий физической культурой	1		
Физическое совершенствование	94	Спортивно-оздоровительная деятельность	94	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. - самостоятельно формулировать познавательные цели, осуществлять действия по образцу, сохранять заданную цель. - развитие эстетических чувств, доброжелательности и отзывчивости. Иметь установку на безопасный, здоровый образ жизни. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. 	1,5
		Гимнастика с основами акробатики	18		
		Легкая атлетика	21		
		Кроссовая подготовка	21		
		Спортивные игры	34		

8 кл. (102 часа)

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Знания о физической культуре	8	История физической культуры	2	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, устанавливать рабочие отношения. - контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. - излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека. - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях. 	1,5
		Физическая культура (основные понятия)	1		
		Физическая культура человека	2		
Способы двигательной (физкультурной) деятельности	3	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, устанавливать рабочие отношения. - контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. - излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека. - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях. 	1,5
		Оценка эффективности занятий физической культурой	1		
Физическое совершенствование	94	Спортивно-оздоровительная деятельность	94	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. - самостоятельно формулировать познавательные цели, осуществлять действия по образцу, сохранять заданную цель. - развитие эстетических чувств, доброжелательности и отзывчивости. Иметь установку на безопасный, здоровый образ жизни. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. 	1,5
		Гимнастика с основами акробатики	18		
		Легкая атлетика	21		
		Кроссовая подготовка	21		
		Спортивные игры	34		

9 кл. (102 часа)

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Знания о физической культуре	8	История физической культуры	2	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, устанавливать рабочие отношения. - контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. - излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека. - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях. 	1,5
		Физическая культура (основные понятия)	1		
		Физическая культура человека	2		
Способы двигательной (физкультурной) деятельности	3	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, устанавливать рабочие отношения. - контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. - излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека. - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (не стандартных) ситуациях и условиях. 	1,5
		Оценка эффективности занятий физической культурой	1		
Физическое совершенствование	94	Спортивно-оздоровительная деятельность	94	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. - самостоятельно формулировать познавательные цели, осуществлять действия по образцу, сохранять заданную цель. - развитие эстетических чувств, доброжелательности и отзывчивости. Иметь установку на безопасный, здоровый 	1,5
		Гимнастика с основами акробатики	18		
		Легкая атлетика	21		
		Кроссовая подготовка	21		

		Спортивные игры	34	образ жизни. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.	
--	--	-----------------	----	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

методического объединения

от _____ 2021 года № 1

_____ М.А.Ульянченко

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____ С.Н.Деговцева

«__» _____ 2021 года