

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД АРМАВИР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 23**

Корниенко
Андрей
Леонидович

Подписано цифровой
подписью: Корниенко
Андрей Леонидович
Дата: 2021.09.16
16:01:17 +03'00'

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
МБОУ-СОШ № 23 МО города Армавир
от «31» августа 2021 года протокол № 1
Председатель _____ А.Л. Корниенко

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По физической культуре

Уровень образования (класс) основное общее образование 5-9 классы
(начальное общее, основное общее, среднего общего образование с указанием классов)

Количество часов 408

Учитель или группа учителей, разработчиков рабочей программы
Соколовский Андрей Олегович учитель физической культуры,
Бицадзе Анна Михайловна учитель физической культуры МБОУ-СОШ №23
ФИО (полностью), должность (краткое наименование организации)

Программа разработана в соответствии

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897, с изменениями, внесенными приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. №1577;

С учетом

- Примерной основной образовательной программы основного общего образования по физической культуре, одобренной решением федерального УМО по общему образованию (протокол от 20 сентября 2016 г. № 3/16);

- Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» («ГТО»)(постановление Правительства РФ от 11 июня 2014г №540)

- Рабочей программы В.И. Лях Физическая культура. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы. – М.: Просвещение, 2016
С учетом УМК Физическая культура: учебник для 5-7 классы общеобразовательных организаций/ под редакцией М.Я. Виленского, Москва, «Просвещение», 2017.

В.И. Лях, А.А. Зданевич. Физическая культура: учебник для 8-9 классов (базовый уровень). -Москва, «Просвещение», 2018.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»

1.1 Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура».

Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно мета-предметными, предметными и личностными результатами.

1.2 Личностные результаты освоения предмета физической культуры.

Личностные результаты освоения программы основного общего образования должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе:

- готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;
- готовность отстаивать символы России во время спортивных соревнований, традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;
- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

- готовность в оказании первой помощи при травмах и ушибах, соблюдении правил техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;
- стремление к физическому совершенству, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;
- готовность к организации и проведению занятий физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подго- 24
Примерная рабочая программа товленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- готовность соблюдать правила и требования к организации бивака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде. Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:
- освоение обучающимися опыта взаимодействия со сверстниками при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, форм общения и поведения;
- повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;
- формирование представлений об основных понятиях и терминах

физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

1.3 Метапредметные результаты освоения физической культуры.

Мета-предметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долговую сохранность творческой активности;
- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

1.4 Предметные результаты освоения физической культуры.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура».

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и мета-предметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной

осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;
- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;
- способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий

1.5 Знания о физической культуре

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.
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со

своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме 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 доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

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, принесших славу Российскому спорту;

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

1.6 Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Выпускник научится:

- 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;

8

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами,

контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действия, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной

- функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;

- проводить восстановительные мероприятия.

1.7 Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- 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);

- 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 прыжках (в высоту и длину);

- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;

- выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;

- выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня

индивидуального развития основных физических качеств.

- 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, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных нарушений 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 по физической подготовке.
- 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, принесших славу российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия;
- 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 «Физическая культура»

2.1 Спортивные игры.

2.1.1 Футбол

Освоение техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.
Освоение ударов по мячу и остановок.
Освоение техники ударов по воротам.
Освоение тактики игры.

2.1.2 Волейбол

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.
Освоение техники приема и передачи мяча.
Освоение техники нижней подачи.
Освоение техники прямого нападающего удара. Освоение тактики игры.

2.1.3 Баскетбол

Освоение техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.
Освоение ловли и передачи мяча.
Освоение техники ведения мяча.
Освоение техники бросков мяча.
Освоение индивидуальной защиты.
Освоение и овладение тактики игры.

2.2 Гимнастика с элементами акробатики

Организуемые команды и приемы.
Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов).
Упражнения общеразвивающей направленности (с предметами).
Опорные прыжки.
Акробатические упражнения и комбинации.

2.3 Легкоатлетические упражнения

Беговые упражнения.
Прыжковые упражнения.
Метание малого мяча.
Развитие скоростных способностей.

2.4 Кроссовая подготовка.

Раздел «Лыжная подготовка» заменена на кроссовую подготовку в

связи с климатически-региональным компонентом. С сохранением цикличности, развития общей выносливости и двигательной активности в полном объеме.

Освоение техники бега по пересечённой местности.

Освоение техники бега по местности с преодолением препятствий.

Бег на выносливость.

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

8-9 класс					
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Легкая атлетика	21	Беговые упражнения	6	Овладения навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, упражнения на силу) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях	Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта
		Прыжковые упражнения	6		
		Метание малого мяча	4		
		Развитие скоростных способностей	5		
Кроссовая подготовка	18	Освоение техники бег по пересечённой местности	10	Формировать знания об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физических упражнений	Осознание необходимости ведения здорового образа жизни Готовность в оказании первой помощи при травмах и ушибах, соблюдении правил техники безопасности
		Освоение техники бег по местности с преодолением препятствий	4		
		Бег на выносливость	4		
Футбол	9	Освоение техники передвижений, остановок, поворотов и стоек	2	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	Освоение обучающимися опыта взаимодействия со сверстниками при выполнении учебных заданий на уроках
		Освоение ударов по мячу и остановок	2		
		Освоение техники ударов по воротам	2		
		Освоение тактики игры	3		

					физической культуры
Волейбол	15	<p>Овладение техники передвижений, остановок, поворотов и стоек</p> <p>Освоение техники приема и передачи мяча</p> <p>Освоение техники нижней подачи</p> <p>Освоение техники прямого нападающего удара</p> <p>Освоение тактики игры</p>	<p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p>	<p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности</p>	<p>Готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом</p> <p>Готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой</p>
Баскетбол	12	<p>Освоение техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.</p> <p>Освоение ловли и передачи мяча</p> <p>Освоение техники ведения мяча</p> <p>Освоение техники бросков мяча</p> <p>Освоение индивидуальной защиты</p> <p>Освоение и овладение тактики игры</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности</p>	<p>Повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой</p> <p>Способность адаптироваться к стрессовым ситуациям</p>
Гимнастика	18	<p>Организующие команды и приемы</p> <p>Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов)</p> <p>Упражнения общеразвивающей направленности (с предметами)</p> <p>Опорные прыжки</p>	<p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>6</p>	<p>Овладения навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (акробатика, гимнастика)</p> <p>Умение использования возможностей тела в современном жизненном процессе.</p>	<p>Готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия</p> <p>Формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания</p>

		Акробатические упражнения и комбинации			
Элементы единоборств	9	Стойки и передвижения в стойке. Освобождения от захватов. Приемы борьбы за выгодное положение Силовые упражнения и единоборства в парах Виды единоборств. Правила поведения учащихся.	2 3 3 1	Овладение навыками и умениями, развития способностей для укрепления координационных способностей, скоростно-силовых способностей.	Готовность отстаивать символы России во время спортивных соревнований
		На каждом годе обучения Всего	102 204		

5-7 класс					
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Легкая атлетика	18	Беговые упражнения Прыжковые упражнения Метание малого мяча Развитие скоростных способностей	4 5 3 6	Овладения навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, упражнения на силу) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях	Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта
Кроссовая подготовка	14	Освоение техники бег по пересечённой местности Освоение техники бег по местности с преодолением препятствий Бег на выносливость	7 4 3	Формировать знания об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной	Осознание необходимости ведения здорового образа жизни Готовность в оказании первой помощи при травмах и ушибах, соблюдении

				помощи при занятиях физических упражнений	правил техники безопасности
Футбол	6	Освоение техники передвижений, остановок, поворотов и стоек Освоение ударов по мячу и остановок Освоение техники ударов по воротам Освоение тактики игры	1 1 2 2	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	Освоение обучающимися опыта взаимодействия со сверстниками при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры
Волейбол	9	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек Освоение техники приема и передачи мяча Освоение техники нижней подачи Освоение техники прямого нападающего удара Освоение тактики игры	1 2 2 2 2	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	Готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом Готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой
Баскетбол	9	Освоение техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. Освоение ловли и передачи мяча Освоение техники ведения мяча Освоение техники бросков мяча Освоение индивидуальной защиты Освоение и овладение тактики игры	1 1 1 2 2 2	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	Повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой Способность адаптироваться к стрессовым ситуациям
Гимнастика	12	Организующие команды и приемы	2	Овладения навыками выполнения жизненно	Готовность ориентироваться

		Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов)	2	важных двигательных умений (акробатика ,гимнастика) Умение использования возможностей тела в современном жизненном процессе.	на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия Формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания
		Упражнения общеразвивающей направленности (с предметами)	2		
		Опорные прыжки	2		
		Акробатические упражнения и комбинации	4		
Итого часов:	68	На каждом годе обучения	68		
	204	Всего	204		
	408		408		

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического объединения
учителей физической культуры,
ОБЖ МБОУ-СОШ №23
от 27.08 2021 года № 1

_____ Бицадзе А.М.
подпись Ф.И.О.
руководителя МО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР
_____ Куций Е.Н.
подпись Ф.И.О.
27.08.2021. года

