**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ОСИНЦЕВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

*Приложение № к Основной образовательной*

*программе основного общего образования*

*МОУ «Осинцевская ООШ»*

Рабочая программа

**по учебному предмету**

**«Физическая культура»**

**(подвижные игры)**

5-9 класс

с. Осинцевское, 2020г.

**1.Планируемые результаты изучения учебного предмета**

**«Физическая культура»**

Планируемые результаты опираются на **ведущие целевые установки,** отражающие основной, сущностный вклад изучаемой программы в развитие личности обучающихся, их способностей.

В структуре планируемых результатов выделяется **следующие группы:**

**1. Личностные результаты** представлены в соответствии с группой личностных результатов и раскрывают и детализируют основные направленности этих результатов. Оценка достижения этой группы планируемых результатов ведется в ходе процедур, допускающих предоставление и использование **исключительно неперсонифицированной** информации.

**2. Метапредметные результаты** представлены в соответствии с подгруппами универсальных учебных действий, раскрывают и детализируют основные направленности метапредметных результатов.

**3. Предметные результаты** представлены в соответствии с группами результатов учебного предмета, раскрывают и детализируют их.

Предметные результаты приводятся в блоках **«**Выпускник научится» и «Выпускник получит возможность научиться».

Планируемые результаты, отнесенные к блоку «Выпускник научится», ориентируют пользователя в том, достижение какого уровня освоения учебных действий с изучаемым опорным учебным материалом ожидается от выпускника. Критериями отбора результатов служат их значимость для решения основных задач образования на данном уровне и необходимость для последующего обучения, а также потенциальная возможность их достижения большинством обучающихся. Иными словами, в этот блок включается круг учебных задач, построенных на опорном учебном материале, овладение которыми принципиально необходимо для успешного обучения и социализации и которые могут быть освоены всеми обучающихся.

Достижение планируемых результатов, отнесенных к блоку «Выпускник научится», выносится на итоговое оценивание, которое может осуществляться как в ходе обучения (с помощью накопленной оценки или портфеля индивидуальных достижений), так и в конце обучения, в том числе в форме государственной итоговой аттестации. Оценка достижения планируемых результатов этого блока на уровне ведется с помощью заданий базового уровня, а на уровне действий, составляющих зону ближайшего развития большинства обучающихся, – с помощью заданий повышенного уровня. Успешное выполнение обучающимися заданий базового уровня служит единственным основанием для положительного решения вопроса о возможности перехода на следующий уровень обучения.

В блоке «Выпускник получит возможность научиться» приводятся планируемые результаты, характеризующие систему учебных действий в отношении знаний, умений, навыков, расширяющих и углубляющих понимание опорного учебного материала или выступающих как пропедевтика для дальнейшего изучения предмета. Уровень достижений, соответствующий планируемым результатам этого блока, могут продемонстрировать отдельные мотивированные и способные обучающиеся. В повседневной практике преподавания цели данного блока не отрабатываются со всеми без исключения обучающимися как в силу повышенной сложности учебных действий, так и в силу повышенной сложности учебного материала и/или его пропедевтического характера на данном уровне обучения. Оценка достижения планируемых результатов ведется преимущественно в ходе процедур, допускающих предоставление и использование исключительно неперсонифицированной информации. Соответствующая группа результатов в тексте выделена курсивом.

Задания, ориентированные на оценку достижения планируемых результатов из блока «Выпускник получит возможность научиться», могут включаться в материалы итогового контроля блока «Выпускник научится». Основные цели такого включения – предоставить возможность обучающимся продемонстрировать овладение более высоким (по сравнению с базовым) уровнем достижений и выявить динамику роста численности наиболее подготовленных обучающихся. При этом невыполнение обучающимися заданий, с помощью которых ведется оценка достижения планируемых результатов данного блока, не является препятствием для перехода на следующий уровень обучения. В ряде случаев достижение планируемых результатов этого блока целесообразно вести в ходе текущего и промежуточного оценивания, а полученные результаты фиксировать в виде накопленной оценки (например, в форме портфеля достижений) и учитывать при определении итоговой оценки.

Подобная структура представления планируемых результатов подчеркивает тот факт, что при организации образовательного процесса, направленного на реализацию и достижение планируемых результатов, от учителя требуется использование таких педагогических технологий, которые основаны на дифференциации требований к подготовке обучающихся.

**Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»:**

1. Российская гражданская идентичность: патриотизм, уважение к Отечеству, прошлому и настоящему многонационального народа России. Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к ценностям народов России и народов мира. Чувство ответственности и долга перед Родиной.

2. Ответственное отношение к учению. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию. Осознанный выбор и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде.

3. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

4. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции; к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

5. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических способностей.

6. Развитость морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, сформированность нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

7. Сформированность коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

8. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.

10. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

11. Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению).

**Метапредметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»:**

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные).

**Межпредметные понятия**

Условием формирования межпредметных понятий, таких, как система, факт, закономерность, феномен, анализ, синтез является овладение обучающимися основами читательской компетенции, приобретение навыков работы с информацией, участие в проектной деятельности. На уроках по учебному предмету «Физическая культура» будет продолжена работа по формированию и развитию **основ читательской компетенции**. Обучающиеся овладеют чтением как средством осуществления своих дальнейших планов: продолжения образования и самообразования, осознанного планирования своего актуального и перспективного круга чтения, в том числе досугового, подготовки к трудовой и социальной деятельности. У выпускников будет сформирована потребность в систематическом чтении как средстве познания мира и себя в этом мире, гармонизации отношений человека и общества, создании образа «потребного будущего».

При изучении учебного предмета «Физическая культура» обучающиеся усовершенствуют приобретенные на первом уровне **навыки работы с информацией** и пополнят их. Они смогут работать с текстами, преобразовывать и интерпретировать содержащуюся в них информацию, в том числе:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;

- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое свертывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий – концептуальных диаграмм, опорных конспектов);

- заполнять и дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

В ходе изучения учебного предмета «Физическая культура» обучающиеся **приобретут опыт проектной деятельности** как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства, принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределенности. Они получат возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

В соответствии ФГОС ООО выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

**Регулятивные УУД**

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;

- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;

- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;

- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;

- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;

- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

1. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- определять необходимые действия в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;

- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;

- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;

- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);

- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;

- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);

- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;

- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;

- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;

- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;

- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;

- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;

- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;

- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;

- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;

- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;

- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;

- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;

- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;

- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;

- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;

- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;

- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;

- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;

- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;

- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

**Познавательные УУД**

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;

- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;

выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;

- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;

- выделять явление из общего ряда других явлений;

- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;

- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;

- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;

- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;

- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;

- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;

- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);

- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;

- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;

- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;

- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;

- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;

- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;

- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих предметную область;

- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;

- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;

- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;

- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

8. Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);

- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;

- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;

- резюмировать главную идею текста;

- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст non-fiction);

- критически оценивать содержание и форму текста.

9. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- определять свое отношение к природной среде;

- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;

- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;

- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;

- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;

- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

10. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;

- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;

- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;

- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

**Коммуникативные УУД**

11. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;

- играть определенную роль в совместной деятельности;

- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;

- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;

- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;

- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);

- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;

- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;

- выделять общую точку зрения в дискуссии;

- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;

- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);

- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;

- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);

- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;

- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;

- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;

- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;

- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;

- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;

- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;

- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ), мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами.

Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ, словарей и других поисковых систем;

- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;

- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;

- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;

- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;

- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

**Предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»:**

1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

4) расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями  с разной целевой ориентацией;

5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой  и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Выпускник научится:**

* 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;
* тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
* выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
* выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

**Выпускник получит возможность научиться:**

* *определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;*
* *осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;*
* *выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта;*

# 2. Содержание учебного предмета «Физическая культура»

**Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой**

Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. *Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития.* Организация досуга средствами физической культуры.

**Оценка эффективности занятий физической культурой**

Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.

**Спортивно-оздоровительная деятельность**

Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, *мини-футбол*, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам.

**Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность**

Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, спортивные игры).

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

**5 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Раздел, тема урока** | **Кол-во**  **часов** |
|
|  | **Спортивные игры**  **(волейбол, баскетбол, футбол)** |  |
|  | **Волейбол** | **14** |
| 1 | Волейбол. ИОТ Вводный инструктаж. ИОТ № 053 при проведении занятий по волейболу. Перемещения в стойке, остановки, ускорения. Передача мяча сверху двумя руками. | 1 |
| 2 | Прием мяча снизу над собой*.* | 1 |
| 3 | Прием и передача мяча. | 1 |
| 4 | Прием и передача мяча. | 1 |
| 5 | Нижняя прямая подача. | 1 |
| 6 | Нижняя прямая подача, прием подачи. | 1 |
| 7 | Нижняя прямая подача, прием подачи. | 1 |
| 8 | Техника прямого нападающего удара. | 1 |
| 9 | Прямой нападающий удар. | 1 |
| 10 | Прямой нападающий удар. | 1 |
| 11 | Комбинация из освоенных элементов. | 1 |
| 12 | Тактические действия. | 1 |
| 13 | Игры и игровые задания. | 1 |
| 14 | Игра и игровые задания. | 1 |
|  | **Баскетбол** | **14** |
| 15 | Баскетбол**.** ИОТ при проведении занятий по баскетболу. Защитная стойка. Техника передвижений. Остановка в два шага и прыжком. Ловля и передача мяча. | 1 |
| 16 | Перемещения в стойке. Повороты без мяча и с мячом. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте в движении. | 1 |
| 17 | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | 1 |
| 18 | Ведение мяча. Бросок мяч одной и двумя руками с места. | 1 |
| 19 | Бросок мяча одной и двумя руками в движении после ведения. | 1 |
| 20 | Бросок мяча в кольцо в движении после ловли. | 1 |
| 21 | Бросок мяча в кольцо. Вырывание и выбивание мяча. | 1 |
| 22 | Бросок мяча в кольцо. Защитные действия. | 1 |
| 23 | Комбинация из освоенных элементов техники. | 1 |
| 24 | Тактика нападения. | 1 |
| 25 | Тактика нападения. | 1 |
| 26 | Игры и игровые задания. | 1 |
| 27 | Игры и игровые задания. | 1 |
| 28 | Двусторонняя игра. | 1 |
|  | **Футбол** | **6** |
| 29 | Футбол. ИОТ при проведении занятий по футболу. Передвижения. Передачи мяча. Остановка катящегося мяча. | 1 |
| 30 | Ведение мяча. | 1 |
| 31 | Удары по воротам. | 1 |
| 32 | Удары по воротам. | 1 |
| 33 | Тактические действия. Игры и игровые задания. | 1 |
| 34 | Игра по правилам. | 1 |
|  |  |  |

**6 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Раздел, тема урока** | **Кол-во**  **часов** |
|
|  | **Спортивные игры**  **(волейбол, баскетбол, футбол)** |  |
|  | **Волейбол** | **14** |
| 1 | Волейбол**.**ИОТ Вводный инструктаж. ИОТ при проведении занятий по волейболу. Техника передвижений. Передачи мяча двумя руками сверху на месте. Передачи мяча над собой. | 1 |
| 2 | Перемещения в стойке, остановки, ускорения. Передачи и приемы мяча после перемещения. | 1 |
| 3 | Передача мяча через сетку. | 1 |
| 4 | Нижняя прямая подача. | 1 |
| 5 | Нижняя прямая подача, прием подачи. | 1 |
| 6 | Техника верхней прямой подачи. | 1 |
| 7 | Верхняя прямая подача. | 1 |
| 8 | Верхняя прямая подача, прием подачи. | 1 |
| 9 | Техника прямого нападающего удара. | 1 |
| 10 | Прямой нападающий удар. | 1 |
| 11 | Прямой нападающий удар. | 1 |
| 12 | Тактика игры. | 1 |
| 13 | Игры и игровые задания. | 1 |
| 14 | Игры и игровые задания. | 1 |
|  | **Баскетбол** | **14** |
| 15 | Баскетбол**.** ИОТ при проведении занятий по баскетболу. Защитная стойка. Техника передвижений. Остановка в два шага и прыжком. Ловля и передача мяча. | 1 |
| 16 | Перемещения в стойке. Повороты без мяча и с мячом. Передача мяча одной рукой от плеча. | 1 |
| 17 | Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. | 1 |
| 18 | Ведение мяча. Бросок мяч одной и двумя руками с места. | 1 |
| 19 | Бросок мяча в кольцо после ведения. | 1 |
| 20 | Бросок мяча в кольцо в движении после ловли. | 1 |
| 21 | Бросок мяча в кольцо. Защитные действия | 1 |
| 22 | Бросок мяча в кольцо. Защитные действия | 1 |
| 23 | Комбинация из освоенных элементов техники. | 1 |
| 24 | Тактика нападения. | 1 |
| 25 | Тактика нападения. | 1 |
| 26 | Игры и игровые задания. | 1 |
| 27 | Игры и игровые задания. | 1 |
| 28 | Двусторонняя игра. | 1 |
|  | **Футбол** | **6** |
| 29 | Футбол. ИОТ при проведении занятий по футболу. Перемещения в стойке. Варианты передачи и ведения мяча. | 1 |
| 30 | Передачи мяча в разных направлениях на большое расстояние. Ведение мяча с ускорением по прямой, по кругу, змейкой. | 1 |
| 31 | Удар с разбега по катящемуся мячу. | 1 |
| 32 | Комбинации из освоенных элементов. | 1 |
| 33 | Тактические действия. | 1 |
| 34 | Игра в мини-футбол. | 1 |

**7 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Раздел, тема урока** | **Кол-во**  **часов** |
|
|  | **Спортивные игры**  **(волейбол, баскетбол, футбол)** |  |
|  | **Волейбол** | **14** |
| 1 | Волейбол.ИОТ Вводный инструктаж. ИОТ при проведении занятий по волейболу. Перемещения в стойке, остановки, ускорения. Прием и передача мяча. | 1 |
| 2 | Совершенствование техники передвижений, приема и передач мяча. | 1 |
| 3 | Передача мяча двумя руками сверху в прыжке. | 1 |
| 4 | Передача сверху за голову в опорном положении. | 1 |
| 5 | Нижняя прямая подача | 1 |
| 6 | Нижняя прямая подача, прием подачи | 1 |
| 7 | Верхняя прямая подача. | 1 |
| 8 | Верхняя прямая подача, прием подачи | 1 |
| 9 | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. | 1 |
| 10 | Прямой нападающий удар. | 1 |
| 11 | Прямой нападающий удар. | 1 |
| 12 | Комбинация: прием, передача, удар. | 1 |
| 13 | Технико-тактические действия. | 1 |
| 14 | Учебная игра. | 1 |
|  | **Баскетбол** | **14** |
| 15 | Баскетбол. ИОТ при проведении занятий по баскетболу. Перемещения в стойке, остановки, повороты, ускорения. Ловля и передача мяча в парах. | 1 |
| 16 | Сочетание способов передвижений. Ловля и передача мяча в тройках | 1 |
| 17 | Ловля и передача мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника | 1 |
| 18 | Различные варианты ведения мяча. Бросок мяча в кольцо с места. | 1 |
| 19 | Ведение мяча. Бросок мяча в кольцо после ведения с пассивным противодействием защитника. | 1 |
| 20 | Бросок мяча в кольцо после бега и ловли. | 1 |
| 21 | Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. | 1 |
| 22 | Бросок мяча в прыжке. Вырывание и выбивание мяча. | 1 |
| 23 | Бросок мяча в прыжке. Защитные действия | 1 |
| 24 | Бросок мяча в прыжке. Защитные действия | 1 |
| 25 | Тактика нападения | 1 |
| 26 | Тактика нападения. Развитие координации. | 1 |
| 27 | Технико-тактические действия. Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 |
| 28 | Игра по правилам баскетбола | 1 |
|  | **Футбол** | **6** |
| 29 | Футбол. ИОТ при проведении занятий по футболу. Техника перемещений. Передачи мяча внутренней стороной стопы в парах, ведение мяча **с** пассивным сопротивлением защитника. | 1 |
| 30 | Удары по катящемуся и неподвижному мячу. Остановка катящегося мяча. | 1 |
| 31 | Удары по воротам на точность. | 1 |
| 32 | Игра вратаря. Перехват мяча. | 1 |
| 33 | Технико-тактические действия. | 1 |
| 34 | Игра в мини-футбол. | 1 |

**8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Раздел, тема урока** | **Кол-во**  **часов** |
|
|  | **Спортивные игры**  **(волейбол, баскетбол, футбол)** |  |
|  | **Волейбол** | **14** |
| 1 | Волейбол. ИОТ Вводный инструктаж. ИОТ № 053 при проведении занятий по волейболу. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Прием и передача мяча. | 1 |
| 2 | Техника передвижений. Прием и передача мяча. | 1 |
| 3 | Техника передвижений. Прием и передача мяча. | 1 |
| 4 | Отбивание мяча кулаком через сетку Прием и передача мяча. | 1 |
| 5 | Отбивание мяча кулаком через сетку. Прием и передача мяча. | 1 |
| 6 | Верхняя и нижняя прямая подачи, прием подачи. | 1 |
| 7 | Верхняя и нижняя прямая подача, прием подачи. | 1 |
| 8 | Верхняя прямая подача, прием подачи | 1 |
| 9 | Техника нападающего удара. | 1 |
| 10 | Нападающий удар. Блокирование. | 1 |
| 11 | Нападающий удар. | 1 |
| 12 | Техника перемещений и владения мячом. | 1 |
| 13 | Технико-тактические действия. | 1 |
| 14 | Тактика игры. Игра по правилам. | 1 |
|  | **Баскетбол** | **14** |
| 15 | Баскетбол. ИОТ при проведении занятий по баскетболу. Стойки, перемещения. Ловля и передача мяча. | 1 |
| 16 | Стойки, перемещения. Ловля и передача мяча. | 1 |
| 17 | Стойки, перемещения. Ловля и передача мяча. | 1 |
| 18 | Ведение мяча. Броски мяча с места. | 1 |
| 19 | Варианты ведения мяча. Броски мяча в движении. | 1 |
| 20 | Ведение мяча. Броски мяча. | 1 |
| 21 | Броски мяча в прыжке. | 1 |
| 22 | Штрафной бросок. Защитные действия. | 1 |
| 23 | Штрафной бросок. Защитные действия. | 1 |
| 24 | Защитные действия. | 1 |
| 25 | Сочетание приемов владения мячом. | 1 |
| 26 | Тактика игры. | 1 |
| 27 | Технико-тактические действия. | 1 |
| 28 | Двусторонняя игра. | 1 |
|  | **Футбол** | **6** |
| 29 | Футбол.ИОТ при проведении занятий по футболу. Стойки, перемещения игрока. Передача. Ведение мяча**.** Остановка мяча. | 1 |
| 30 | Удары по неподвижному и катящемуся мячу. | 1 |
| 31 | Удар носком. Удар серединой лба. | 1 |
| 32 | Тактика нападения. | 1 |
| 33 | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. | 1 |
| 34 | Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Двухсторонняя игра | 1 |

**9 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Раздел, тема урока** | **Кол-во**  **часов** |
|
|  | **Спортивные игры**  **(волейбол, баскетбол, футбол)** |  |
|  | **Волейбол** | **14** |
| 1 | Волейбол*.* ИОТ Вводный инструктаж. ИОТ при проведении занятий по волейболу. Перемещения в стойке. Прием и передача мяча. | 1 |
| 2 | Стойки, перемещения. Прием и передача мяча. | 1 |
| 3 | Прием и передача мяча. Отбивание мяча кулаком через сетку. | 1 |
| 4 | Прием и передача мяча. Приём мяча, отражённого сеткой. | 1 |
| 5 | Нижняя и верхняя прямая подача, прием подачи. | 1 |
| 6 | Нижняя и верхняя прямая подача, прием подачи. | 1 |
| 7 | Подачи мяча, прием подачи. | 1 |
| 8 | Техника нападающего удара. Блокирование. | 1 |
| 9 | Нападающий удар. Развитие двигательных способностей. | 1 |
| 10 | Нападающий удар. | 1 |
| 11 | Техника перемещений и владение мячом. | 1 |
| 12 | Технико-тактические действия. | 1 |
| 13 | Тактика игры. | 1 |
| 14 | Игра по правилам. | 1 |
|  | **Баскетбол** | **14** |
| 15 | Баскетбол.ИОТ при проведении занятий по баскетболу. Перемещения в стойке, остановки, повороты, ускорения. Ловля и передача мяча. | 1 |
| 16 | Действия без мяча. Ловля и передача мяча. | 1 |
| 17 | Ловля и передача мяча. | 1 |
| 18 | Ловля и передача мяча. Ведение мяча. | 1 |
| 19 | Ведение мяча. Броски мяча в кольцо. | 1 |
| 20 | Ведение мяча. Броски мяча в кольцо. | 1 |
| 21 | Броски мяча в кольцо. Вырывание и выбивание мяча. | 1 |
| 22 | Совершенствование бросков мяча в кольцо. Защитные действия. | 1 |
| 23 | Броски мяча в кольцо. Защитные действия | 1 |
| 24 | Штрафной бросок. Развитие двигательных способностей. | 1 |
| 25 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. | 1 |
| 26 | Технико-тактические действия в спортивных играх. | 1 |
| 27 | Тактика игры. Действия трех нападающих против двух защитников. | 1 |
| 28 | Взаимодействие игроков в нападении и защите. Игра по правилам. | 1 |
|  | **Футбол** | **6** |
| 29 | Футбол. ИОТ при проведении занятий по футболу. Стойки, перемещения игрока. Передача, ведение мяча. Отбор мяча подкатом. | 1 |
| 30 | Удары по летящему мячу. | 1 |
| 31 | Игра головой, использование корпуса. | 1 |
| 32 | Обыгрыш сближающихся противников, финты. | 1 |
| 33 | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. | 1 |
| 34 | Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Двухсторонняя игра. | 1 |
|  |  |  |