

Муниципальное образование Новокубанский район, х.Северокавказский
муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
основная общеобразовательная школа № 24 им.Б.И.Ткаченко
х.Северокавказского муниципального образования Новокубанский район

Приложение к ООО

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
от 30.08.2024 года протокол № 1

Председатель _____ Кулешова Л.Д.
подпись руководителя ОУ Ф.И.О.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень образования (класс): основное общее образование (8-9 класс)

Количество часов: 136 ч

Учитель: Сергей Викторович Давыденко

Программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, с учетом ООП ООО МОБУ ООШ №24 им. Б.И. Ткаченко, на основе авторской программы по физической культуре предметной линии учебников В.И.Ляха., 5-9 классы. Автор: В.И.Лях. М: «Просвещение», 2016г.

1. Пояснительная записка

Все разделы авторской программы в основном сохранены. В связи с климатическими условиями, региональными особенностями и материально-технической базы школы раздел «Лыжные гонки. Передвижения на лыжах» и «Плавание» – заменены на «Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка». В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами основного общего образования, согласно учебному плану МОБУООШ № 24 предмет «Физическая культура» изучается в 8-9-х классах из расчёта 2 ч в неделю – 68ч. в каждом, всего – 136ч.

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 5-9 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

Гражданско-патриотическое воспитание:

- становление ценностного отношения к своей Родине — России;
- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений

Духовно-нравственное воспитание:

- признание индивидуальности каждого человека;
- проявление сопереживания, уважения и доброжелательности к другому человеку;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям

Эстетическое воспитание:

- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;

- стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности
- Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью

Трудовое воспитание:

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, бережное отношение к результатам труда, интерес к различным профессиям *Экологическое воспитание:*

- бережное отношение к природе;
- неприятие действий, приносящих ей вред

Формирование представлений о ценности научного познания:

- первоначальные представления о научной картине мира;
- познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным половым нормативам;

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

- владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности,

- составлению содержания индивидуальных занятий в соответствии с задачами улучшения физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

- способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;

- формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;

-формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринуждённо.

В области коммуникативной культуры:

-владение умением осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;

-владение умением формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

-владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнёрами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.

В области физической культуры:

владение умениями:

— в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9—13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9—13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»;

в метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10—12 м) с использованием четырёхшажного варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10—15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10—12 м;

в гимнастических и акробатических упражнениях: комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из шести элементов, или комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов; выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперёд и назад в полушпагат, «мост» и поворот в упор стоя на одном колене (девочки);

в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);

-демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;

-владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;

-владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырёхборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;

-владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

Метапредметные результаты

-умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

-умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

-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;

-умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

-владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

-умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;

-умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

-умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

-умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

-овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

-понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность;

-понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) 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;

-проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

ответственное отношение к порученному делу, проявление 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, повышающих результативность выполнения заданий;

-приобретение умений планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

закрепление умения поддержания оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности посредством активного использования занятий физическими упражнениями, гигиенических факторов и естественных сил природы для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

-знание факторов, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;

-понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя из целесообразности и эстетической привлекательности;

-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 её до собеседника.

В области физической культуры:

-владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;

-владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

-владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

Предметные результаты

В основной школе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования *результаты* изучения курса «Физическая культура» должны отражать:

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

- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, 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;

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

- 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;

- 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.

Предметные результаты, так же как личностные и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории развития спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

- знания 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 самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями, доброжелательное и уважительное отношение к участникам с разным уровнем их умений, физических способностей, состояния здоровья;

-умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

-способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

-способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке;

-умение организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями разной функциональной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

-умение организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

-умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

-умение организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений при выполнении упражнений разной направленности (на развитие координационных способностей, силовых, скоростных, выносливости, гибкости) в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

-способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами.

В области коммуникативной культуры:

-способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие понятия и термины;

-умение определять задачи занятий физическими упражнениями, включёнными в содержание школьной программы, аргументировать, как их следует организовывать и проводить;

-способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, проводить занятия в качестве командира отделения, капитана команды, владея необходимыми информационными жёстами.

В области физической культуры:

-способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для

осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности;

-способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

-умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдения.

3. Содержание учебного предмета, курса.

8 класс (68 часов)

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.

Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским Физкультурно-спортивным комплексом "готов к труду и обороне" (ГТО).

Гимнастика с основами акробатики. 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 с основами акробатики. 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 (68 часов)

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.

Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским Физкультурно-спортивным комплексом "готов к труду и обороне" (ГТО).

Гимнастика с основами акробатики. 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 с основами акробатики. 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.

4. Тематическое планирование

8 кл (68 часов)

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
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.
		Физическая культура (основные понятия)	1	излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека.
		Физическая культура человека	2	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
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.
		Оценка эффективности занятий физической культурой	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
Физическое совершенствование (Спортивно-оздоровительная деятельность)	60	Лёгкая атлетика	10	работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений
		Кроссовая подготовка	10	самостоятельно формулировать познавательные цели. : осуществлять действия по образцу, сохранять заданную цель. Осуществлять действия по образцу, сохранять заданную цель
		Гимнастика с основами акробатики	10	Развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости. Иметь установку на безопасный, здоровый образ жизни. Проявлять

		Подвижные и спортивные игры	30	качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.
--	--	------------------------------------	-----------	---

9 кл (68 часов)

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
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.
		Физическая культура (основные понятия)	1	излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека.
		Физическая культура человека	2	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
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.
		Оценка эффективности занятий физической культурой	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
Физическое совершенствование (Спортивно-оздоровительная деятельность)	60	Лёгкая атлетика	10	работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений
		Кроссовая подготовка	10	самостоятельно формулировать познавательные цели. осуществлять

		Гимнастика с основами акробатики	10	действия по образцу, сохранять заданную цель. Осуществлять действия по образцу, сохранять заданную цель Развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости.
		Подвижные и спортивные игры	30	Иметь установку на безопасный, здоровый образ жизни. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МО № 1
от 30.08.2024г.

Руководитель МО ОУ
_____ Люст Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель
директора по УВР
_____ Гриценко Е.В..
30.08.2024г.

