Ростовская область Тацинский район станица Тацинская
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Тацинская средняя общеобразовательная школа № 2

МБОУ ТСОШ № 2

Подписан: МБОУ ТСОШ № 2
DN: ОГРН=1026101643831, E=tacmu@tacina.donpac.ru, ИНН=006134005273, C=RU, L="Тацинский р-н, Тацинская ст-ца", S=61 Ростовская область, STREET="Комсомольский пер, д. 3", O=МБОУ ТСОШ № 2, CN=МБОУ ТСОШ № 2, SN=Колбасина, G=Наталья Викторовна, T=Директор, СНИЛС=03105651299
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021-10-22 15:00:55
Foxit Reader Версия: 9.7.0

СОГЛАСОВАНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
Протокол заседания МО	Заместитель директора	Директор школы _____Н.В. Колбасина
учителей физической культуры и ОБЖ	по УВР _____М.И. Зверева	Приказ от 31.08.2021г № 186
Руководитель МО_____ Севрюгин В.С.	«_30_»_08_2021г.	
Протокол МО от 30.08.2021г №1		

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по_____физической культуре 6а класс_____

_____основное общее образование_____

количество часов_____70 часов (2 часа в неделю) _____

учитель_____Севрюгин Владимир Сергеевич_____

Программа разработана на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов»

В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2014).

2021- 2022 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для обучающихся 6а класса основного общего образования составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО, 17.12.2010г №1897), программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2014), основной образовательной программы школы на 2021-2022 учебный год.

Учебник: Физическая культура. 5-7кл.: учебник для общеобразовательных учреждений /М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2018г.

Урок физической культуры - основная форма обучения жизненно-важным видам движений, которые имеют огромное значение в укреплении здоровья школьника. Уроки решают задачу по улучшению и исправлению осанки; оказывают профилактическое воздействие на физическое состояние ребенка; содействуют гармоничному физическому развитию; воспитывают координацию движений; формируют элементарные знания о личной гигиене, режиме дня; способствуют укреплению бодрости духа; воспитывают дисциплинированность

Уроки физической культуры должны строиться на принципах демократизации, гуманизации, педагогике сотрудничества, личностного и деятельностного подходов, оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Цели данной программы:

-обучение физическим упражнениям таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;

-развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;

-формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

-развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;

-обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Задачи изучения:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоническому физическому развитию;
- развитие координационных способностей;
- формирование простейших знаний о личной гигиене, режиме дня;
- приобщение к самостоятельным занятиям (дома), подвижным играм;
- воспитание морально-волевых качеств;
- воспитание устойчивого интереса к двигательной активности;
- обучение детей правилам поведения во время занятий физическими упражнениями;
- развитие умения контролировать уровень своей двигательной подготовленности

Программа включает в себя содержание только урочных форм занятий по физической культуре.

В программе В. И. Ляха, А. А. Зданевича программный материал делится на две части - базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой подготовкой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной. Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без них невозможна успешная адаптация к жизни и эффективное осуществление трудовой деятельности вне зависимости от того, какую профессию выбирает молодой человек в будущем.

Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных особенностей работы школы и индивидуальных способностей учеников, в отличие от вариативной части, где всё это учитывается.

В соответствии с Приказом Минобразования Ростовской области от 28.07.2017г № 542 «О введении с 01.09.2017г в образовательную программу уроков по изучению основ здорового питания» в рабочую программу введены уроки по изучению здорового питания школьников.

Текущий контроль успеваемости по физической культуре в 6а классе проводится в целях:

- постоянного мониторинга учебных достижений, обучающихся в течение учебного года, в соответствии с требованиями соответствующего федерального государственного образовательного стандарта общего образования;
- определения уровня сформированности личностных, метапредметных, предметных результатов;
- определения направлений индивидуальной работы с обучающимися;
- оценки индивидуальных образовательных достижений, обучающихся и динамики их роста в течение учебного года;
- выявления индивидуально значимых и иных факторов (обстоятельств), способствующих или препятствующих достижению обучающимися планируемых образовательных результатов освоения соответствующей основной общеобразовательной программы.

Формами текущего контроля могут быть:

- тестирование;
- устный опрос;
- сдача нормативов.

Результаты текущего контроля успеваемости обучающихся отражаются в классном и электронном журнале в соответствии с системой контроля, а также по итогам учебных четвертей.

Региональный компонент включен в содержание упражнений и заданий и составляет не менее 10% от общего материала.

Целью регионального компонента в программе является сохранение спортивных традиций и обычаев народа и этноса региона.

№ урока	Дата урока	Тема урока	Региональный компонент
1	02.09	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Игра «Лапта»	Подвижная игра «Лапта»
2	07.09	Развитие скоростных качеств. Стартовый разгон. Игра «Лапта»	Подвижная игра «Лапта»
3	09.09	Низкий старт (до 30-40м), бег с ускорением по дистанции. Игра «Лапта»	Подвижная игра «Лапта»
14	19.10	Шестиминутный бег. Игра «Крестик»	Подвижная игра «Крестик»
19	16.11	Техника безопасности на занятиях гимнастикой Игра «Лёвкин хвост»	Подвижная игра «Лёвкин хвост»
20	18.11	Развитие силовых способностей Игра «Лёвкин хвост»	Подвижная игра «Лёвкин хвост»
21	23.11	Упражнения для развития гибкости Игра «Каши»	Подвижная игра «Каши»
24	02.12	Элементы акробатики. Игра «Каши»	Подвижная игра «Каши»
33	13.01	Техника безопасности в баскетболе. Игра «Казаки»	Подвижная игра «Казаки»
34	18.01	Сочетание приемов передвижения и остановок. Игра «Казаки»	Подвижная игра «Казаки»

В течение учебного года возможна корректировка часов по темам и изменение даты проведения уроков (зачетов) с учётом хода усвоения учебного материала обучения или в связи с другими объективными причинами.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

Стандарт устанавливает требования к результатам обучающихся, освоивших основную образовательную программу основного общего образования:

Личностные результаты освоения основной образовательной программы:

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.
2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования с учетом устойчивых познавательных интересов.
3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.
4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.
5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя

как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).

6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).

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

8. Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированности активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности).

9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы:

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. В основной школе на всех предметах 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 обучающихся 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 учебных предметов 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 всех учебных предметов, 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.

Перечень ключевых межпредметных понятий определяется в ходе разработки основной образовательной программы основного общего образования образовательной организации в зависимости от материально-технического оснащения, кадрового потенциала, используемых методов работы и образовательных технологий.

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

Регулятивные УУД

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

Обучающийся научится:

- 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.

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

Обучающийся получит возможность:

- определять необходимые действие(я) 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.

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 научится:

- 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.

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.

Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной.

Обучающийся получит возможность:

- 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

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 научится:

- 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;
- 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.

Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. **Обучающийся получит возможность:**

- 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 данную 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.

Коммуникативные УУД

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 научится:

- 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.

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 получит возможность:
- 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.

Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ).
Обучающийся получит возможность:
- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- 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.

предметным, включающим освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также систему основополагающих элементов научного знания, лежащих в основе современной научной картины мира.

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

Обучающийся 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;
- 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;
- 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

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В соответствии с Учебным планом Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Тацинская средняя общеобразовательная школа № 2 предусмотрено обязательное изучение физической культуры на этапе основного общего образования в 6а классе в объёме 70ч. Согласно календарному учебному графику и расписанию уроков на 2021-2022 учебный год в МБОУ Тацинская СОШ № 2 курс программы реализуется за 69 часов. В текущем учебном году Правительство РФ определило 6 праздничных дней (23 февраля, 8 марта, 2,3 и 9,10 мая). Учебный материал изучается в полном объёме

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. Легкая атлетика. (12 часов)

Влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие и физическую подготовленность школьников. Защитные свойства организма и профилактика средствами физической культуры.

Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности, предупреждение травматизма и оказание посильной помощи при травмах и ушибах. Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу. Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма.

Терминология легкой атлетики. Правила и организация проведения соревнований по легкой атлетике. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Бег. Прыжки в длину. Метание малого мяча.

2.Кроссовая подготовка. (6 часов)

Правила и организация проведения соревнований по кроссу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Помощь в судействе. Бег до 10 мин. Чередование бега и ходьбы. Равномерный бег.

3.Гимнастика. (14 часов)

Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развитие силовых способностей и гибкости. Страховка во время занятий. Основы выполнения гимнастических упражнений. Развитие силовых способностей. Упражнения для гибкости. Наклон вперёд из положения сидя. Прыжки со скакалкой. Опорный прыжок. Лазание по канату. Висы и упоры. Подтягивание в висе.

4. Спортивные игры.

Баскетбол. (10часов)

Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

Волейбол. (10часов)

Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по волейболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

5. Легкая атлетика. (17 часов)

Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности, предупреждение травматизма и оказание посильной помощи при травмах и ушибах. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Бег. Прыжки в длину. Метание малого мяча.

КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В 6А КЛАССЕ

№ урока	№ урока в теме	Дата		Раздел, тема урока, количество часов	Материально - техническое обеспечение
		по плану	по факту		
				Раздел лёгкая атлетика (12часов)	
1	1	02.09		Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Игра «Лапта»	Секундомер, флажки, свисток
2	2	07.09		Развитие скоростных качеств. Стартовый разгон. Игра «Лапта»	Секундомер, флажки, свисток
3	3	09.09		Низкий старт (до 30-40м), бег с ускорением по дистанции. Игра «Лапта»	Секундомер, флажки, свисток
4	4	14.09		Старты из различных исходных положений. Бег 30м. на время	Секундомер, флажки, свисток
5	5	16.09		Бег с ускорением (70-80м). Финиширование.	Секундомер, флажки, свисток
6	6	21.09		Бег на результат(60м)	Секундомер, флажки, свисток
7	7	23.09		Прыжки в длину с разбега способом «Согнув ноги»	Рулетка, флажки свисток
8	8	28.09		Обучение подбора разбега с 11-13 беговых шагов. Метание малого мяча.	Малые мячи, рулетка, флажки свисток
9	9	30.09		Прыжок в длину с разбега способом «Согнув ноги».	Рулетка, флажки, свисток
10	10	05.10		Прыжок в длину с разбега на результат	Рулетка, флажки, свисток
11	11	07.10		Метание мяча на дальность	Малые мячи, теннисные мячи, рулетка
12	12	12.10		Контрольный урок. Метание мяча	Мяч (150г) баскетбольный щит, рулетка
				Раздел кроссовая подготовка (6часов)	
13	1	14.10		Развитие выносливости (бег до 10 мин). Игра «Крестик»	Флажки, секундомер, свисток
14	2	19.10		Шестиминутный бег. Игра «Крестик»	Флажки, секундомер, свисток

15	3	21.10		Бег (1000м) на время	Флажки, секундомер, свисток
16	4	26.10		Чередование бега с ходьбой до (15мин)	Флажки, секундомер, свисток
17	5	28.10		Равномерный бег до (15мин). Бег в гору .	Флажки, секундомер, свисток
18	6	09.11		Прыжок в длину с места.	Рулетка, свисток, флажок
				Раздел гимнастика (14часов)	
19	1	11.11		Техника безопасности на занятиях гимнастикой Игра «Лёвкин хвост»	Инструкция по технике безопасности, гимнастические скамейки, шведская стенка, маты, гимнастическое бревно, гимн. Козел, перекладина, канат.
20	2	16.11		Развитие силовых способностей Игра «Лёвкин хвост»	Гимн. Скамейки, шведская стенка
21	3	28.11		Упражнения для развития гибкости Игра «Каши»	Маты, гимнастическая скамейка
22	4	23.11		Наклон вперед из положения сидя.	Маты, линейка, рулетка
23	5	25.11		Прыжки со скакалкой за 30 сек	Скакалка, секундомер
24	6	30.11		Элементы акробатики. Игра «Каши»	Маты
25	7	02.12		Совершенствование элементов акробатики.	Маты
26	8	07.12		Сдача зачетной комбинации	Маты
27	9	09.12		Опорный прыжок.	Маты гимн. Козел, конь, бревно, скамейка
28	10	14.12		Совершенствование опорного прыжка	Маты гимн. Козел, конь, бревно, скамейка
29	11	16.12		Лазание по канату произвольным способом	Маты, швед. Стенка, перекладина, гимнастическая скамейка, канат
30	12	21.12		Лазание по канату в два приема	Маты, швед. Стенка, перекладина, гимнастическая скамейка, канат
31	13	23.12		Висы и упоры. Пресс за 30сек	Маты, швед. Стенка,

					перекладина, гимн. скамейка
32	14	30.12		Подтягивание в висе.	Маты, швед. стенка, перекладина, гимн. скамейка
				Раздел спортивные игры (20часов)	
33	1	28.12		**Баскетбол (10часов)** Техника безопасности в баскетболе. Игра «Казаки»	Инструкция по Т.Б. баскетбольные мячи, свисток
34	2	30.12		Сочетание приемов передвижения и остановок. Игра «Казаки»	Баскетбольные мячи, свисток
35	3	13.01		Ведение мяча с пассивным сопротивлением.	Баскетбольные мячи, свисток
36	4	18.01		Личная защита. Учебная игра.	Баскетбольные мячи, свисток
37	5	20.01		Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	Баскетбольные мячи, свисток
38	6	25.01		Бросок мяча одной рукой от головы в движении	Баскетбольные мячи, свисток
39	7	27.01		Позиционное нападение со сменой места	Баскетбольные мячи, свисток
40	8	01.02		Сочетание приемов передвижений и остановок	Баскетбольные мячи, свисток
41	9	03.02		Ведение мяча правой, левой рукой. Развитие координационных качеств	Баскетбольные мячи, свисток
42	10	08.02		Тактические действия в игре	Баскетбольные мячи, свисток
43	1	10.02		**Волейбол (10ч)** Техника безопасности при игре в волейбол. Правила игры	Волейбольные мячи, сетка, свисток
44	2	15.02		Стойки и передвижения игрока	Волейбольные мячи, сетка, свисток
45	3	17.02		Комбинации из разученных передвижений	Волейбольные мячи, сетка, свисток
46	4	22.02		Передача мяча над собой	Волейбольные мячи, сетка, свисток
47	5	24.02		Нижняя подача, прием подачи	Волейбольные мячи, сетка, свисток
48	6	01.03		Верхняя подача, нижняя подача	Волейбольные мячи, сетка,

					свисток
49	7	03.03		Прием мяча снизу, двумя руками над собой	Волейбольные мячи, сетка, свисток
50	8	10.03		Передача мяча двумя руками сверху в парах	Волейбольные мячи, сетка, свисток
51	9	15.03		Отбивание мяча кулаком через сетку	Волейбольные мячи, сетка, свисток
52	10	17.03		Контроль нижней прямой подачи	Волейбольные мячи, сетка, свисток
53	1	22.03.		**Раздел лёгкая атлетика (12часов)** Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой	флажки, свисток, секундомер
54	2	05.04		Низкий старт, бег с ускорением	флажки, свисток, секундомер
55	3	07.04		Бег (30м) на время.	флажки, свисток, секундомер
56	4	12.04		Контроль бега на (60м)	флажки, свисток, секундомер
57	5	14.04		Развитие скоростно-силовых качеств. Игра «Казачьи забавы»	Рулетка, свисток, грабли, лопата
58	6	19.04		Прыжки в длину с разбега способом «Согнув ноги»	Рулетка, свисток, грабли, лопата
59	7	21.04		Совершенствование прыжков в длину с разбега	Рулетка, свисток, грабли, лопата
60	8	26.04		Контроль прыжков в длину с разбега способом «Согнув ноги»	Рулетка, свисток, грабли, лопата
61	9	28.04		Метание малого мяча на дальность	Рулетка, свисток, флажки, м. мячи (150г)
62	10	05.05		Отработка метания мяча на дальность.	Рулетка, свисток, флажки, м. мячи (150г)
63	11	10.05		Совершенствование техники метания мяча на дальность	Рулетка, свисток, флажки, м. мячи (150г)
64	12	12.05		Контроль техники метания мяча на дальность	Баскетбольные щиты, мячи
65	13	17.05		Метание мяча в цель.	Баскетбольные щиты, мячи
66	14	19.05		Отработка метания мяча в цель	Баскетбольные щиты, мячи
67	15	24.05		Совершенствование техники метания мяча в цель	Баскетбольные щиты, мячи

68	16	26.05		Контроль техники метания мяча в цель.	
69	17	31.05		Итоговое занятие.	Баскетбольные щиты, мячи