

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Глубокинская казачья средняя общеобразовательная школа №1  
Каменского района Ростовской области  
(МБОУ Глубокинская казачья СОШ №1)



Утверждаю  
Директор МБОУ Глубокинской  
казачьей СОШ №1  
М.С.Некрасова  
приказ от «01» 09 2023г № 03-203

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень образования: основное общее образование, 9 В класс

Количество часов: 68 часов, 2 часа в неделю

Учитель Безруков Дмитрий Николаевич

Программа разработана в соответствии с ФГОС ООО, на основе Примерной программы основного общего образования по физической культуре для 5-9 классов образовательных организаций (М.: Просвещение, 2021), с учетом УМК:

1. Физическая культура. 8 класс: учеб. для общеобразоват. организаций / (М.Я. Виленский и др.); под ред. М.Я. Виленского. - 10-е изд. - М.: Просвещение, 2020.
2. Физическая культура. 8-9 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / В.И. Лях. - 8-е изд. - М.: Просвещение, 2019.

2023-2024 год

## Аннотация к рабочей программе по физической культуре 9 классов

Общие цели учебного предмета Рабочая программа по физической культуре составлена на основе Фундаментального ядра содержания общего образования, авторской программы В. И. Лях Физическая культура. 8-9 классы. -М. : Просвещение, 2019 г. в соответствии с требованиями к результатам освоения основной общеобразовательной программы основного общего образования, представленными в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования. В программе предложен авторский подход в части структурирования учебного материала, определения последовательности его изучения, путей формирования системы знаний, умений и способов деятельности, развития, воспитания и социализации учащихся. Программа предусматривает изучение теоретического материала, проведение практических занятий по физической культуре, технической, тактической и общей физической подготовленности учащихся. Что касается основных назначений Фундаментального ядра в системе нормативного сопровождения стандартов — определить: 1) систему базовых национальных ценностей, характеризующих самосознание российского народа, приоритеты общественного и личностного развития, отношение человека к семье, обществу, государству, труду, смысл человеческой жизни; 2) систему основных понятий, относящихся к областям знаний, представленным в средней школе; 3) систему ключевых задач, обеспечивающих формирование универсальных видов учебной деятельности, адекватных требованиям стандарта к результатам образования. Для реализации этой функции Фундаментального ядра содержания общего образования в нем фиксируются: · базовые национальные ценности, хранимые в религиозных, культурных, социально-исторических, семейных традициях народов России, передаваемые от поколения к поколению и обеспечивающие эффективное развитие страны в современных условиях; · основополагающие элементы научного знания методологического, системообразующего и мировоззренческого характера, как универсального свойства, так и относящиеся к отдельным отраслям знания и культуры, предназначенные для обязательного изучения в общеобразовательной школе: ключевые теории, идеи, понятия, факты, методы; · универсальные учебные действия, на формирование которых направлен образовательный процесс. К ним относятся личностные универсальные учебные действия; ориентировочные действия; конкретные способы преобразования учебного материала; коммуникативные действия. Изучение курса физической культуры ориентированно на использование учебника В.И.Лях., Согласно учебному плану для общеобразовательных учреждений для изучения курса «Физическая культура» в 9 классе отводится 3 часа в неделю, 102 часов в год. Программа обеспечивает обязательный минимум подготовки учащихся по физической культуре, определяемый Федеральным образовательным стандартом, соответствует общему уровню развития и подготовки учащихся данного возраста. Также учтены санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций. Санитарно-эпидемиологические

правила и нормы СанПиН 2.4.4.3172-14 (с изменениями на 27.10.2020 года) целей: - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации игровой деятельности и организации активного отдыха. Для достижения поставленной цели в процессе изучения физической культуры в 9 классе в 2023-2024 учебном году необходимо решить следующие задачи: – содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены; – обучение основам базовых видов двигательных действий; – дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости); – формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; – выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля; – углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах; – воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время; – выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи; – формирование адекватной оценки собственных физических возможностей; – воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности; – содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

## Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура»

ФГОС ООО устанавливает требования к результатам освоения учебного предмета: личностным, метапредметным, предметным.

1. Личностные результаты: формирование положительного отношения к занятиям, достижение лично значимых результатов;

2. Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД):

- Регулятивные УУД: умение оценивать правильность выполнения учебной задачи и собственные возможности ее решения;
- Познавательные УУД: владение знаниями о функциональных возможностях организма, признаках утомления и переутомления и способах их профилактики, Т.Б. при выполнении физических упражнений;
- Коммуникативные УУД: владение умением оценивать ситуацию и своевременно принимать решения.

3. Предметные результаты:

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
Формировать двигательный опыт, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Полученный опыт будет проявляться в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.	Проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой.

## Содержание предмета «Физическая культура»

### Основы знаний

(освоение теоретических знаний осуществляется в процессе занятий)

1. Названия разучиваемых упражнений;
2. Организационные основы занятий физической культурой, требования к технике безопасности и профилактике травматизма;
3. Гигиенические мероприятия для повышения работоспособности в режиме дня и в процессе занятий физическими упражнениями;
4. Страховка и помощь во время занятий;
5. Терминология избранной спортивной и подвижной игры, правила и организация игры (цель и смысл игры, игровое поле, количество участников, поведение игроков);
6. Самостоятельная организация и проведение избранной спортивной или подвижной игры. Выполнение судейских обязанностей.

#### Раздел «Легкая атлетика»:

- овладение техникой спринтерского бега. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей;
- овладение техникой прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;
- овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность;
- овладение техникой длительного бега и развитие выносливости;
- развитие координационных способностей.

#### Раздел «Гимнастика»:

- освоение строевых упражнений;
- освоение техники опорных прыжков;
- освоение акробатических упражнений;
- развитие гибкости и силовых способностей;

#### Раздел «Спортивные игры. Баскетбол»:

- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек в баскетболе;
- освоение техники ловли и передач мяча;
- освоение техники ведения мяча;
- овладение техникой бросков мяча;
- закрепление техники перемещений и владения мячом;
- освоение тактики игры.

С целью обогащения двигательного опыта обучающихся и максимального использования имеющихся ресурсов, в программу были включены занятия настольным теннисом (2 четверть).

## Тематическое планирование

Раздел	Тема	Кол-во часов	Формы контроля
		9в класс	
1 четверть. Легкая атлетика	Овладение техникой спринтерского бега. Развитие скоростных способностей	4	зачет
	Овладение техникой прыжка в длину с разбега. Развитие скоростно – силовых способностей	4	зачет
	Овладение техникой длительного бега. Развитие координационных способностей	7	зачет
	Развитие координационных способностей	1	текущий
2 четверть. Гимнасти ка	Освоение строевых упражнений. Освоение акробатических упражнений	3	зачет
	Освоение техники опорных прыжков	3	зачет
	Освоение технических приемов игры «Настольный теннис»	6	текущий
	Проверка домашнего задания	4	зачет
3 четверть. Спортивн ые игры. Баскетбо л	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек	4	зачет
	Освоение техники ловли и передач мяча	3	зачет
	Освоение техники ведения мяча. Техника индивидуальной защиты	3	зачет
	Овладение техникой бросков мяча	4	зачет
	Закрепление техники перемещений, владения мячом и освоение тактики игры	8	зачет
4 четверть. Легкая атлетика	Овладение техникой длительного бега. Развитие координационных способностей	5	зачет
	Овладение техникой спринтерского бега. Развитие скоростных способностей	4	зачет
	Овладение техникой прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Развитие скоростно – силовых способностей	3	зачет
	Развитие координационных способностей	2	текущий

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Глубокинская казачья средняя общеобразовательная школа №1  
Каменского района Ростовской области  
(МБОУ Глубокинская казачья СОШ №1)**

## **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

по Физической культуре 9 в класс  
Учитель: Безруков Дмитрий Николаевич

Утверждаю  
Директор МБОУ Глубокинской  
казачьей СОШ №1  
М.С.Некрасова  
приказ от «01» 09 2023 г № 03- 203

Количество часов: всего 68 часа; в неделю 2 часа в неделю

Планирование составлено на основе рабочей программы учителя (группы учителей) Безрукова Дмитрия Николаевича, утверждённой решением педагогического совета МБОУ Глубокинской казачьей СОШ №1 (протокол №1 от 30.08.2021 г.)

Планирование составлено на основе примерной программы основного общего образования в соответствии с ФГОС ООО, на основе Примерной программы основного общего образования по физической культуре для 8-9 классов образовательных организаций (М.: Просвещение, 2021), с учетом УМК

учебник: \_1.Физическая культура. 8 класс: учеб.для общеобразоват. организаций / (М.Я.Виленский и др.); под ред. М.Я. Виленского.- 10-е изд.-М.: Просвещение, 2020.  
2.Физическая культура. 8-9 классы: учеб.для общеобразоват. организаций/ В.И.Лях. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2019.

**Календарно – тематическое планирование  
9-в класса**

№ урока	Название раздела, тема урока	Кол-во часов	Дата проведения		Примечание Причина корректировки
			план	факт	
	1 четверть. Раздел «Легкая атлетика»	17			
1-4	Овладение техникой спринтерского бега. Развитие скоростных способностей	4	05.09 07.09 12.09 14.09 зачет		
5-8	Овладение техникой прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Развитие скоростно – силовых способностей	4	19.09 21.09 26.09 28.09 зачет		
9-13	Овладение техникой длительного бега. Развитие координационных способностей	7	03.10 05.10 10.10 12.10 17.10 зачет 19.10 24.10		
14-17	Развитие координационных способностей	1	26.10		
	2 четверть. Раздел «Гимнастика»	15			
18-20	Освоение строевых упражнений Освоение акробатических упражнений	3	07.11 09.11 14.11 зачет		
21-23	Освоение техники опорных прыжков. Развитие силовых качеств и гибкости	3	16.11 21.11 23.11 зачет		

24-29	Освоение техники игры «Настольный теннис».	6	28.11 30.11 05.12 07.12 12.12 14.12		
30-32	Проверка домашнего задания	3	19.12 зачет 21.12 зачет 26.12 зачет 28.12 зачет		
3 четверть. Раздел «Спортивные игры. Баскетбол»		19			
31-34	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек	4	09.01 11.01 16.01 18.01 зачет		
35-37	Освоение техники ловли и передач мяча	3	23.01 25.01 30.01 зачет		
38-40	Освоение техники ведения мяча. Техника индивидуальной защиты	3	01.02 06.02 08.02 зачет		
41-44	Овладение техникой бросков мяча	4	13.02 15.02 20.02 22.02 зачет		
45-49	Закрепление техники перемещений, владения мячом и освоение тактики игры	5	27.02 29.02 05.03 07.03 12.03 14.03 19.03 21.03		
4 четверть. Раздел «Легкая атлетика»		16			
50-55	Овладение техникой длительного бега. Развитие координационных способностей	5	02.04 04.04		

			09.04 11.04 16.04 зачет		
56-59	Овладение техникой спринтерского бега. Развитие скоростных способностей	4	18.04 23.04 25.04 02.05 зачет		
60-62	Овладение техникой прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Развитие скоростно – силовых способностей	3	07.05 14.05 16.05 зачет		
63-67	Развитие координационных способностей	2	21.05 23.05		

<p>СОГЛАСОВАНО Руководитель методического объединения _____ (указать) _____ / _____ (ФИО)</p> <p>«__» _____ 20__ года</p>	<p>СОГЛАСОВАНО Заместитель директора _____ / _____ (ФИО)</p> <p>«__» _____ 20__ года</p>
---	--

## Аннотация к рабочей программе по физической культуре

1	Полное наименование программы (с указанием предмета и класса)	РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по учебному предмету «Физическая культура» для 9 класса
2	Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы	В структуре основной образовательной программы учебный предмет «Физическая культура» является составной частью учебного плана.
3	Нормативная основа разработки программы	1.Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования 2.Основная образовательная программа основного общего образования. 3.Закон «Об образовании в РФ»
4	Реализуемые УМК	1.Физическая культура. 8 класс: учеб.для общеобразоват. организаций / (М.Я.Виленский и др.); под ред. М.Я. Виленского.- 10-е изд.-М.: Просвещение, 2020.  2.Физическая культура. 8-9 классы: учеб.для общеобразоват. организаций/ В.И.Лях. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2019.
5	Количество часов для реализации программы	340 часов за 5 лет, по 2 часа в неделю
6	Дата утверждения. Органы и должностные лица (в соответствии с Уставом организации), принимавшие участие в разработке, рассмотрении, принятии, утверждении рабочей программы	Программа разработана учителями физической культуры МБОУ Глубокинской казачьей СОШ №1, согласована заместителем директора и утверждена директором МБОУ Глубокинской казачьей СОШ №1. Приказ от 31 августа 2022 г. №1
7	Цель реализации программы	-формирование развитой личности, готовой к самообразованию, сотрудничеству, самостоятельному принятию решений, способной адаптироваться к быстро меняющимся условиям жизни; -направленность обучения на систематическое приобщение учащихся к самостоятельной познавательной деятельности, к методам познания, формирующим мотивацию и развитие физических способностей; -обеспечение условий, способствующих приобретению обучающимися опыта разнообразной деятельности, познания и самопознания, ключевых навыков (ключевых компетенций),имеющих универсальное значение для различных видов деятельности; -формирование понимания ценности знаний для выработки целесообразного поведения в целях сохранения своего здоровья;
8	Используемые технологии	-проблемное обучение -групповое обучение -индивидуальное обучение

		<ul style="list-style-type: none"> <li>-обучение в сотрудничестве</li> <li>-информационно-коммуникационное обучение</li> <li>-здоровьесберегающее обучение</li> <li>-соревнования</li> </ul>
9	Требования к уровню подготовки обучающихся	<p>В процессе занятий физической культурой обучающиеся <u>должны уметь:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. владеть знаниями о функциональных возможностях организма, признаках утомления и переутомления и способах их профилактики;</li> <li>2. владеть умениями оценивать различные ситуации и своевременно принимать необходимые решения;</li> <li>3. формировать двигательный опыт, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура»;</li> <li>4. формировать 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.</li> </ol> <p><u>знать:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. организационные основы занятий физической культурой, требования к технике безопасности и профилактике травматизма;</li> <li>2. гигиенические мероприятия для повышения работоспособности в режиме дня и в процессе занятий физическими упражнениями;</li> <li>3. основные приемы страховки, самостраховки и помощи во время занятий;</li> <li>4. терминологию, правила самостоятельной организации и проведения занятий физической культурой;</li> </ol>
10.	Методы и формы оценки результатов освоения	<ul style="list-style-type: none"> <li>-практические занятия</li> <li>-тестирование</li> <li>-сообщения, доклады</li> <li>-устные ответы</li> <li>-самостоятельная работа</li> </ul>

