МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5»

Утверждено

Приказом ОО

от 31.08.2017 №435

**Рабочая программа**

**по предмету «Физическая культура»**

(базовый уровень)

**5 класс, 7 часов**

**второе полугодие по 0,5 часа (раз в неделю).**

Учебник: Физическая культура 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. Организаций / [М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского – 6-е изд. – М.: Просвещение, 2017. – 239с.: ил. – ISBN 978-5-09-046522-9

Составитель*: Бабичев А.В., учитель физической культуры*

г. Колпашево

2017 - 2018 учебный год

1. **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

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

**Личностные результаты**:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;

- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;

- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;

-воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;

- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые социальные сообщества;

- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастной компетенции с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование 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;

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

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

**Метапредметные результаты**

-умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе 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 ее 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 учета интересов;

- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое 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 физической культуры:*

**Регулятивные**: управление своей деятельностью; контроль и коррекция; инициативность и самостоятельность.

-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

-работать индивидуально и в группе

-планирования и регуляции своей деятельности

**Коммуникативные**: речевая деятельность; навыки сотрудничества;

-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 учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение

**Познавательные:**

-формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации

- 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**

**Выпускник научится:**

* выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

• выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);

• рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы еѐ развития, характеризовать основные направления и формы еѐ 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;

• понимать определение допинга, основ антидопинговых правил и концепции честного спорта, осознавать последствия допинга;

• определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

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

• руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

• руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

**Выпускник получит возможность научиться:**

• характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

• характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принѐсших славу российскому спорту;

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

1. **Содержание учебного предмета**

**Раздел 1. Основы знаний о физической культуре (3 часа)**

**Теоретическая часть:**

*Знания о физической культуре:*

 правила безопасности и гигиенические требования на занятиях в кабинете.

*История развития физической культуры:*

Страницы истории. Олимпийские игры древности;

Д/З. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения ;

История зарождения олимпийского движения в России;

Д/З. Олимпийское движение в России (СССР);

Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх;

Д/З. Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

**Раздел 2. Баскетбол (2часа)**

**Теоретическая часть:**

*Знания о физической культуре:*

 правила безопасности и гигиенические требования на занятиях в кабинете.

*История зарождения баскетбола:*

История баскетбола; Правила техники безопасности в баскетболе; Основные правила игры в баскетбол; Основные приемы игры.

**Раздел 3. Волейбол (2часа)**

**Теоретическая часть:**

*Знания о физической культуре:*

 правила безопасности и гигиенические требования на занятиях в кабинете.

*История зарождения волейбола:*

 История волейбола; Правила техники безопасности в волейболе; Основные правила игры в волейбол; Основные приемы игры.

1. **Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела** | **Количество часов** |
| 1. | Раздел 1. Основы знаний о физической культуре | 3 |
| 2. | Раздел 2. Баскетбол | 2 |
| 3. | Раздел 3. Волейбол | 2 |
|  | **Итого часов:** | **7** |

**Календарно-тематическое планирование «Физическая культура», 5 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название раздела, тема урока | Кол-во часов | Дата проведения | Планируемые результаты | Формы организации образовательного процесса/виды контроля | Примечание (корректировка КТП, тип урока, д/з, технологии и др.) |
| План | Факт | Личностные УУД | Метапредметные | Предметные  |
| **Основы знаний о физической культуре (3часа)** |
| 1. | Т.Б. при занятии в кабинете. Олимпийские игры древности. | 1 | 12.02.18г. |  | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,  развитие самостоятельности и личной ответственности.   | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.Познавательные: понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек. | Изучают историю Олимпийских игр.Знать правила Т.Б. в кабинете. | Индивидуальный.Самоконтроль. | Д/З. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. |
| 2. | История зарождения олимпийского движения в России. | 1 | 26.02.18г. |  | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости. | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек. | Изучают историю Олимпийских движения в России.Знать правила проведения, Олимпийских игр по разным видам спорта. | Индивидуальный.Самоконтроль. | Д/З. Олимпийское движение в России (СССР). |
| 3. | Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.  | 1 | 12.03.18г. |  | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.  | Знать харак-ку видов спорта и спортсменов входящих в программу О.И. | Индивидуальный.Самоконтроль. | Д/З. Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. |
| **Баскетбол (2часа)** |
| 1. | История баскетбола; Правила Т.Б.в баскетболе. | 1 | 2.04.18г. |  | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни. | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.Познавательные: понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек. | Изучают историю Баскетбола.Знать правила Т.Б. в баскетболе. | Индивидуальный.Самоконтроль. | В каком году была создана «Международная федерация баскетбола?Какие требования техники безопасности необходимо соблюдать при игре в баскетбол»? |
| 2. | Основные правила игры в баскетбол; Основные приемы игры; | 1 | 16.04.18г. |  | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни. | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной формеРегулятивные:контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цельПознавательные: понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек. | Изучают основные правила игры.Знать основные приемы игры. | Индивидуальный.Самоконтроль. | Подготовьте сообщение на тему «Воздействие игры в баскетбол на организм человека». |
| **Волейбол (2часа)** |
| 1. | История волейбола; Правила Т.Б. в волейболе. | 1 | 30.04.18г. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек. | Изучают историю Волейбола.Знать правила Т.Б. в волейболе. | Индивидуальный.Самоконтроль. | В каком году и в городе, впервые появилась игра волейбол?Как звали преподавателя ФК, который придумал игру волейбол? |
| 2. | Основные правила игры в волейбол; Основные приемы игры.  | 1 | 14.05.18г. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек. | Изучают основные правила игры.Знать основные приемы игры. | Индивидуальный.Самоконтроль. | Подготовьте сообщение на тему «Основные правила игры в волейбол». |