

## **Аннотация к рабочей программе по физической культуре 5-9 класс ФГОС**

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и В.И.Ляха «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классов».

### **Данный учебный предмет имеет своей целью:**

формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих задач:

-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 приёмах 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.

Принимая во внимание главную цель развития отечественной системы школьного образования и необходимость решения вышеназванных задач образования учащихся 5—9 классов в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы являются: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход; интенсификация и оптимизация; соблюдение дидактических правил; расширение межпредметных связей.

### **Описание места учебного предмета, в учебном плане.**

«Физическая культура» в 5-9 классах выделяется 3 часа в неделю: итого 102 часа в каждом классе, всего программой предусмотрено 510 часов.

Курс физической культуры изучается с 5 по 9 класс из расчёта 3 часа в неделю: 5 класс - 102 часов, 6 класс -102 часов, 7 класс -102 часов, 8 класс 102 часов, 9 класс -102 часа.

Промежуточная аттестация проводится в конце учебного года.

### **Распределение содержания программного материала по классам**

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов				
		5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
<b>1</b>	<b>Базовая часть</b>	<b>70</b>	<b>70</b>	<b>75</b>	<b>75</b>	<b>75</b>
.1	Основы знаний о физической культуре	5	5	5	5	6
.2	Спортивные игры на основе мини-футбола	8	8	13	13	13
.3	Гимнастика с элементами акробатики	20	20	20	20	20
.4	Лыжная подготовка	17	17	20	20	20
.5	Легкоатлетические упражнения	20	20	17	17	17
<b>2</b>	<b>Вариативная часть</b>	<b>32</b>	<b>32</b>	<b>27</b>	<b>27</b>	<b>27</b>
.1	Спортивные игры на основе волейбола	15	15	15	15	15
.2	Спортивные игры на основе мини - футбола	1	1	9	9	9
.3	Спортивные игры на основе баскетбола	16	16	3	3	2
<b>3</b>	<b>Всего:</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	<b>102</b>
.1	Основы знаний о физической культуре	5	5	5	5	6
.2	Спортивные игры на основе баскетбола	16	16	16	16	15
.3	Спортивные игры на основе волейбола	15	15	15	15	15
.4	Спортивные игры на основе мини - футбола	9	9	9	9	9
.5	Гимнастика с элементами акробатики	20	20	20	20	20

.6	3	Легкоатлетически е упражнения	20	20	20	20	20
.7	3	Лыжная подготовка	17	17	17	17	17