

Аннотация к Рабочей программе по физической культуре основного общего образования (5-9 классы) базовый уровень. Составитель программы – Высоцкая И.Н., учитель физической культуры, высшей квалификационной категории

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования на основе авторской Рабочей программы по физической культуре В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2016.

Специфической целью школьного физического воспитания является 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 ориентации 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.

Курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс: в 5 классе — 2 часа в неделю (68 ч.), 34 учебных недель; в 6 классе — 3 часа в неделю (102 ч.), 34 учебных недель; в 7 классе — 2 часа в неделю (68 ч.), 34 учебных недель; в 8 классе — 2 часа в неделю (68 ч.), 34 учебных недель; в 9 классе — 2 часа в неделю (68 ч.), 34 учебных недель.

Учебный курс реализуется с использованием завершённой предметной линией учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха:

- Физическая культура. 5-7 классы/Под редакцией М.Я. Виленского. Учебник для общеобразовательных учреждений (М.: Просвещение, 2014);
- В.И. Лях, А.А. Зданевич. Физическая культура. 8-9 классы/Под общ. Ред. В.И. Ляха. Учебник для общеобразовательных учреждений (М.: Просвещение, 2014).

- Физическая культура. Методические рекомендации. 5-7 класс: пособие для учителей общеобразовательных организаций/ М.Я. Виленский, В.Т. Чичикин, Т.Ю. Торчкова

В программу В.И. Ляха внесены изменения. Программный материал по лыжной подготовке (в связи с климатическими особенностями региона) замещается кроссовой подготовкой. Из-за отсутствия необходимых материально-технических условий программный материал раздела «Элементы единоборств» изучается в других разделах программы.

В раздел «Основы знаний» добавлены темы о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами общего образования, утвержденными приказами Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. N 373, от 17 декабря 2010 г. N 1897 и от 17 мая 2012 г. N 413)

Распределение учебного времени на различные виды программного материала.

Раздел	Количество часов				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Знание о физической культуре	В процессе урока				
Гимнастика	12	12(18)	12	12	12
Единоборства	-	-	-	6	6
Легкая атлетика, Кроссовая подготовка	26	26(39)	26	26	26
Спортивные игры	30	30(45)	30	24	24
ИТОГО:	68	68(102)	68	68	68