

Аннотация к рабочей программе по физической культуре

ФГОС ООО 5 - 9 класс

1. Документы

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями)
- «Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования» от 17 декабря 2010 г. № 1897 (с изменениями и дополнениями)
- Требования к результатам основного общего образования, представленных в Федеральном Государственном Стандарте Общего Образования второго поколения (Приказ Минобрнауки от 17.12.2010г. №1897)
- Примерная основная образовательная программа ООО (от 08.04.2015г. №1/15)
- Основная образовательная программа основного общего образования МАОУ СОШ №15.

2. Учебники:

Виленский М.Я., Туревский Т.Ю. .Физическая культура. 5,6,7 класс «Просвещение» 2020
Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 8-9 класс. «Просвещение» 2020

3. Изучение физической культуры в основной школе направлено на достижение следующих цели: обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни.

Задачи физического воспитания учащихся 5-9 классов

- 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 (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основе 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.

4.Предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования по физической культуре

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

5.Тематическое планирование

5 класс

№	Раздел	Количество часов
1	Легкая атлетика	12
2	Спортивные игры: баскетбол, футбол	12
3	Гимнастика с основами акробатики	20
4	Плавание	4
5	Лыжные гонки	15
6	Конькобежная подготовка	12
7	Спортивные игры: волейбол	3
8	Спортивные игры: (баскетбол, футбол)	9
9	Лёгкая атлетика	12
10	Плавание	3

6 класс

№	Раздел	Количество часов
1	Легкая атлетика. Плавание.	8ч. 4ч.
2	Спортивные игры: баскетбол, футбол. Плавание.	8ч. 4ч.
3	Гимнастика с основами акробатики.	16
4	Плавание	8
5	Лыжные гонки. Плавание.	12ч. 6ч.
6	Конькобежная подготовка. Плавание.	6ч. 3ч.
7	Спортивные игры: волейбол	3
8	Спортивные игры: (баскетбол, футбол). Плавание.	7ч. 4ч.
9	Лёгкая атлетика.	9
10	Плавание	4

7 класс

№	Раздел	Количество часов
1	Легкая атлетика. Плавание.	8ч. 4ч.
2	Спортивные игры: баскетбол, футбол. Плавание.	8ч. 4ч.
3	Гимнастика с основами акробатики.	16
4	Плавание	8
5	Лыжные гонки. Плавание.	12ч. 6ч.
6	Конькобежная подготовка. Плавание.	6ч. 3ч.
7	Спортивные игры: волейбол	3
8	Спортивные игры: (баскетбол, футбол). Плавание.	7ч. 4ч.
9	Лёгкая атлетика.	9
10	Плавание	4

8 класс

№	Раздел	Количество часов
1	Легкая атлетика.	12
2	Спортивные игры: баскетбол, футбол. Плавание.	12
3	Гимнастика с основами акробатики.	20
4	Плавание	4
5	Конькобежная подготовка.	12
6	Лыжные гонки.	15
7	Спортивные игры: волейбол	3
8	Спортивные игры: (баскетбол, футбол).	9
9	Лёгкая атлетика.	12
10	Плавание	3

9 класс

№	Раздел	Количество часов
1	Легкая атлетика.	12
2	Спортивные игры: баскетбол, футбол.	12

3	Гимнастика с основами акробатики.	20
4	Плавание	4
5	Конькобежная подготовка.	12
6	Лыжные гонки.	15
7	Спортивные игры: волейбол	3
8	Спортивные игры: (баскетбол, футбол).	9
9	Лёгкая атлетика.	12
10	Плавание	3

6. Место курса «Физическая культура» в базисном учебном (образовательном) плане

Для изучения учебного предмета «Физическая культура» на этапе основного общего образования учебный план МАОУ СОШ №15 отводит 510 часов. В том числе по 102 часа в 5 - 9 классах, из расчета – 3 учебных часов в неделю.