

## **Аннотация к рабочей программе**

### **Физическая культура 5-9 классы**

Рабочая программа по физической культуре для 5-9 классов составлена на основе авторской программы по физической культуре «Физическая культура 5-9 классы» под редакцией Ляха В.И. М.: «Просвещение», 2015 год.

**Цель программы:** 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. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

#### **Задачи программы:**

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.

## **2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Предметом обучения физической культуре в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования;

Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

Закона «Об образовании»;

Федерального закона «О физической культуре и спорте»;

Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;

примерной программы основного общего образования;

приказа Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

#### **Изменения, внесенные в авторскую программу.**

Авторская программа по физической культуре «Физическая культура 5-9 классы» рассчитана на 102 часа в год. Согласно федеральному базисному учебному плану в 5-7 классах на изучение физической культуры отводится по 68 часов в год, 3-й час двигательной активности обучающихся выполняется за счет внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка»

#### **Учебно-методический комплект:**

1.Бондаренкова Г.В. «Физкультура 5-9 классы: поурочные планы». -Волгоград:Учитель, 2012

2.Виленский М.Я. «Физическая культура». Учебник для 5-7 классов. – 5-е издание, М.: «Просвещение», 2015

3.Лях В.И.«Физическая культура». Учебник для 8-9 классов. – 6-е издание, М.: «Просвещение», 2015

4.Лях В.И. «Физическое воспитание учащихся 5-7 классов. Пособие для учителя», 3-е издание, М.: «Просвещение», 2015

4.Лях В.И. «Физическое воспитание учащихся 8-9 классов. Пособие для учителя», 3-е издание, М.: «Просвещение», 2015

5.Картотека народных, подвижных и спортивных игр.

**Количество часов:**

Согласно федеральному базисному учебному плану на изучение физической культуры в 5-7 классах отводится по 68 часов (2 часа в неделю; 34 учебные недели).

Согласно приказу департамента образования Белгородской области от 10 апреля 2014 года № 1240 «Об использовании новых форм преподавания» обучение учащихся школы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий с 1 апреля 2014 года ведётся на платформе информационно-образовательного портала «Сетевой класс Белогорья».

**Формы организации учебного процесса:**

Основной формой организации учебного процесса по физической культуре является **урок**. В программе представлены следующие типы уроков:

- уроки с образовательно-познавательной направленностью
- уроки с образовательно-обучающей направленностью
- уроки с образовательно-тренировочной направленностью.

Основные формы организации образовательного процесса в основной школе — уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние занятия).

