

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Рабочая программа по физической культуре для 5-9 классов составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрено решением ФУМО от 02.06.2020 г.)

Предметная линия учебников 5-7 классы: учебник для общеобразовательных организаций / под ред. М.Я. Виленского.- М.: Просвещение, 2020 и предметная линия учебников 8-9 классы: учебник для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. –М.: Просвещение, 2020.

Цель: школьное физическое воспитание как 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.

Задачи:

1) содействовать гармоничному физическому развитию, закреплению навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

2) обучать основам базовых видов двигательных действий;

3) развивать координационные (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционные способности (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);

4) формировать основы знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

5) вырабатывать представления о физической культуре личности и приемах самоконтроля;

6) углублять представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

7) воспитывать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

8) вырабатывать организационные навыки проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

9) формировать адекватную оценку собственных физических возможностей;

10) воспитывать инициативность, самостоятельность, взаимопомощь, дисциплинированность, чувство ответственности;

11) содействовать развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Программа обеспечена учебно-методическим комплектом:

- Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И.Лях. - 6-е издание - М.: Просвещение, 2019 г.

- Физическая культура. 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / (М.Я.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова); под ред. М.Я. Виленского.- М.: Просвещение, 2020. - 239с,

- Физическая культура. 8-9 классы: учеб. для общеобразоват. организаций/ В.И.Лях,– М.: Просвещение 2020. - 239с,

На изучение физической культуры на уровне основного общего образования отводится 340 часов из расчета 2 часа в неделю с 5-го по9-й класс. При этом:

- в 5-ом классе – 68 часов

- в 6-ом классе – 70 часов

- в 7-ом классе – 70 часов

- в 8-ом классе – 70 часов

- в 9-ом классе – 68 часов

В рабочую программу по физической культуре внесены следующие изменения:

Раздел «Общеразвивающие упражнения» распределяется равномерно на все уроки обучения и проводится на материале тех разделов, которые проходят по плану.

Изучение раздела «Знания о физической культуре» и «Способы физкультурной деятельности» распределены по всем разделам программного материала для изучения в процессе уроков.

В раздел «Основы знаний» добавились темы о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», а именно «История развития комплекс ГТО», «Современный комплекс ГТО, требования и норматив» и самостоятельное составление простейших комбинаций упражнений, направленных на подготовку к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «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)

Модуль «Спорт» разработан на основе русской народной игры «Русская лапта»

В примерной программе не предусмотрены часы для проведения контрольных, лабораторных, практических работ, экскурсий, проектов, исследований по предмету. Для определения уровня физической подготовленности школьников используются тесты-упражнения: бег 30 м; бег 1000 м; прыжок в длину с места; подтягивание (мальчики), поднимание туловища за 30с (девочки), тест на гибкость «складка», челночный бег, шестиминутный бег. Контроль за физической подготовленностью учащихся проводится 2 раза в учебном году; в сентябре и в мае. Результаты оцениваются по специальным таблицам. После сентябрьского тестирования результаты анализируются. На основании анализа учитель планирует и включает в уроки необходимые упражнения, направленные на развитие той или иной двигательной способности, намечает общую стратегию в создании системы домашних заданий.