

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Предмет	Физическая культура
Уровень образования	Основное общее (5-9 класс)
Разработчики программы	Авторский коллектив учителей физической культуры: Озерова А.О., Агафонов Д.В., Плясунов В.Н.
Нормативно-методические материалы	<ul style="list-style-type: none"> - федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ Минобрнауки России от 17.12.2010г. № 1897 с изменениями); - примерная ООП ООО ; - Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (СанПиН 2.4.2.2821-10 , утвержденные постановлением Главного государственного врача РФ от 29.12.2010 №189 с изменениями от 24.11.2015 №81); - Авторская программа по физической культуре 5-9 классы (В.И. Лях), предметная линия учебников В.И. Ляха, М.Я. Виленского (М: Просвещение, 2012 г.); - Основная образовательная программа основного общего образования МБОУСОШ № 29
Реализуемый УМК	<ul style="list-style-type: none"> - Физическая культура. 5-7 класс: учебник для общеобразовательных учреждений, под редакцией М. Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2015 г., - Физическая культура. 8-9 класс : учебник для общеобразовательных учреждений под общ. редакцией В. И. Ляха. - М.: Просвещение, 2015 г.
Цели и задачи изучения предмета	<p>Целью предмета «Физическая культура» в основной школе 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. 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. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.</p> <p>Учебный предмет «Физическая культура» в основной школе строится так, чтобы были решены следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма; - формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта; - освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; - обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и

	<p>спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;</p> <p>- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.</p>
Срок реализации программы	5 лет
Место учебного предмета в учебном плане	<p>Данная рабочая программа рассчитана на изучение учебного предмета "Физическая культура" в объеме 340 часов за пять лет обучения (при 2 часах в неделю). Преподавание предмета "Физическая культура" сохраняется в объеме трех часов (2 часа в рамках учебного плана и 1 час -во внеурочной деятельности).</p>
Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)	<p>В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 5-9 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре:</p> <p><u>Учащийся научится</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -характеризовать историю развития спорта и олимпийского движения, положительное их влияние на укрепление мира и дружбы между народами; - характеризовать основные направления развития физической культуры в обществе, её цели, задачи и формы организации; -обосновывать знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни. <p><u>Овладеет умениями:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> — в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9—13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9—13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»; проплыть 50 м; — в метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10—12 м) с использованием четырёхшажного варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10— 15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10—12 м; — в гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять комбинацию из четырёх элементов на перекладине (мальчики) и на разновысоких брусьях (девочки); опорные прыжки через козла в длину (мальчики) и в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из шести элементов, или комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов; выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд

и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперёд и назад в полушпагат, «мост» и поворот в упор стоя на одном колене (девочки);

- в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам); 5-9 демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей; 5-9

Учащийся получит возможность научиться

- проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями, доброжелательное и уважительное отношение к участникам с разным уровнем их умений, физических способностей, состояния здоровья;
- взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения; - способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований
- преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке;
- организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями разной функциональной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

- овладеет способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;

- овладеет способами спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырёхборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;

- овладеет правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность,

- самостоятельность, выдержку и самообладание.

- проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдения.

- овладеет способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической

	<p>подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.</p> <p>- составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;</p>
--	--