

Аннотация рабочей программы (5-9 классы)

I. Рабочая программа по физической культуре для 5-9 классов разработана на основании:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897 (с изменениями и дополнениями от: 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г.)

3. Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Лицей №2» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан, утвержденной приказом №20 от 01.09.2021г

4. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов МБОУ «Лицей №2» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан, утвержденного приказом № 20 от 01.09.2021 г.

5. Учебного плана МБОУ «Лицей №2» на 2021-2022 учебный год, утвержденного приказом № 338 от 27.08.2021г.

II. Учебный предмет «Физическая культура» в школе является обязательным для изучения в 5-9 классах и на его изучение отводится 105 часов в 5-8-м классе из расчета 3 часа в неделю и 35 учебных недель за год, а в 9-ом классе учебная программа на 102 часа, из расчета 3 часа в неделю и 34 учебных недель за год.

III. Данная программа обеспечивается линией учебно-методических комплектов по физической культуре для 5-9 классов под редакцией В. И. Лях, выпускаемой издательством М.: «Просвещение», 2019 г.

IV. Цель и задачи физического воспитания

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (Умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

На уроках физической культуры в 5 – 9 классах решаются основные задачи, стоящие перед школьной системой физического воспитания. Вместе с тем особенностью урочных занятий в этих классах является углубленное обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, элементы единоборств, лыжная подготовка, плавание). Углубляются знания о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма (дыхание, кровообращение, ЦИС, обмен веществ), на развитие волевых и нравственных качеств. На уроках физической культуры учащиеся 5 – 9 классов получают представления о физической культуре личности, ее взаимосвязи с основами здорового образа жизни, овладевают знаниями о методике самостоятельной тренировки. Во время изучения конкретных разделов программы пополняются представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, правилах техники безопасности и оказания первой помощи при травмах.

Одна из главнейших задач уроков — обеспечение дальнейшего всестороннего развития координационных (ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий, быстрота и точность двигательных реакций, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования ,силовых, временных и

пространственных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы, гибкости) способностей, а также сочетание этих способностей. Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.

V. Основные разделы.

В 5-6 классах изучают разделы:

В базовой части: основы знаний о физической культуре; спортивные игры (волейбол, футбол); легкая атлетика; лыжные гонки; гимнастика с элементами акробатики; плавание.

В вариативной части: баскетбол.

В 7-9 классах изучают разделы:

В базовой части: основы знаний о физической культуре; спортивные игры (волейбол, футбол); легкая атлетика; лыжные гонки; гимнастика с элементами акробатики; элементы единоборств; плавание.

В вариативной части: баскетбол.

VI. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» в 5-9 классах.

Выпускник научится:

- понимать роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивной подготовки.
- Понятия основных физических качеств, физической нагрузки;
- Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью.
- Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.

Выпускник получит возможность научиться:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- оказывать первую медицинскую помощь при ухудшении состояния здоровья или травмах, обморожениях.
- использовать соответствующие тесты для определения уровня физической подготовленности и физического развития.
- соблюдать технику безопасности при выполнении физических упражнений.

Формы промежуточной аттестации: годовая оценка.