

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 5-9 классы (ФГОС)

Рабочая программа учебного предмета по физической культуре составлена на основе:

1. Указа президента РФ от 24.03.2014 года № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ
3. Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014г № 540 (ред. от 28.11.2018) «Об утверждении положения «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
5. Приказ от 20 ноября 2015 г. № 1066 «Об утверждении порядка использования физкультурно-спортивными клубами и их объединениями наименования Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) или образованных на его основе слов и словосочетаний в своих наименованиях»
6. Письмо Минобрнауки от 2 декабря 2015 г. № 08-1447 «О направлении методических рекомендаций Минобрнауки России по механизмам учета результатов выполнения нормативов ВФСК ГТО при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура»
7. Программа физическая культура / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2020.
8. Физическая культура 5-6-7 классы под редакцией М.Я. Виленского (М.: Просвещение, 2020)
9. Физическая культура 8-9 классы под редакцией В.И. Ляха (М.: Просвещение, 2020)

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. В сочетании с другими формами обучения -- физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Цель: 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:

- укреплять здоровья, развивать основные физические качества и повышение функциональных возможностей организма;

- формировать культуру движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;
 - формировать знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
 - обучать навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
 - воспитывать положительные качества личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности
- использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения результатов в физическом совершенстве, в эффективной подготовке и результативной сдаче норм ВФСК ГТО.

Предметные результаты:

1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

4) 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 ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет 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);

- б) для слепых и слабовидящих обучающихся:
 формирование приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;
 формирование представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни;
- 7) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью, с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений у обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата;
 владение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
 владение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
 владение доступными техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности;
 умение ориентироваться с помощью сохранных анализаторов и безопасно передвигаться в пространстве с использованием при самостоятельном передвижении ортопедических приспособлений.

Учебный предмет «физическая культура» входит в предметную область «», является обязательным для изучения в 5-9 классах и на его изучения отводится 348 часов (по 2 часа в неделю, в 5-8 классах — 70 ч, в 9 классе – 68 ч)

Материал курса по физической культуре по классам располагается следующим образом:

| № | Содержание | Класс | | | | |
|------|---|------------------|----|----|----|----|
| | | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 1 | Основы знаний о физической культуре | В процессе урока | | | | |
| 2. | Способы двигательной (физкультурной) деятельности | В течение года | | | | |
| 3. | Физическое совершенствование | 70 | 70 | 70 | 70 | 68 |
| 3.1. | «Физкультурно-оздоровительная деятельность» | В процессе урока | | | | |
| 3.2. | «Спортивно-оздоровительная деятельность общеразвивающей направленности» | | | | | |
| | 1. Лёгкая атлетика | 19 | 19 | 19 | 19 | 17 |
| | 2. Гимнастика с элементами акробатики | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 |
| | 3. Спортивные игры | 27 | 27 | 27 | 27 | 27 |
| | 4. Лыжная подготовка | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 |
| | ГТО | В течение года | | | | |
| 3.3. | «Прикладно-ориентированная подготовка» | В процессе урока | | | | |
| 3.4. | «Упражнения общеразвивающей направленности» | В процессе урока | | | | |
| | Всего | 70 | 70 | 70 | 70 | 68 |

Предусмотрены следующие виды контроля: входной, текущий, промежуточный, итоговый.