

## **Аннотация к рабочей программе по учебному предмету «Физической культуре» 5-9 классы**

### **1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы школы.**

Рабочая программа по физической культуре для 5 – 9 классов разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом, основной образовательной программой основного общего образования МОБУ «Пекшиксолинская ООШ», В.И.Лях. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников. М.Я.Виленского, В.И.Ляха 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И.Лях.- М.:Просвещение,2015,

- приказ Минспортом России в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № – 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» от 08 июля 2014г. № 575  
Данная программа представляет собой практический курс физической культуры для учащихся, получающих образование по УМК следующих авторов: "Физическая культура-5-7 классы". Учебник для общеобразовательных организаций . Рекомендовано Министерством образования и науки РФ. М.Я.Виленский,И.М.Туревский,Т.Ю. Торочкова Под редакцией М.Я Виленского. Москва."Просвещение",2014г.  
В.И.Лях.,М.В.Маслов." Физическая культура-8-9 классы". Учебник для общеобразовательных организаций.Рекомендовано Министерством образования и науки РФ.Москва.-"Просвещение",2013г.

Специальными целями преподавания физической культуры в школе является формирование разносторонней физически развитой личности, основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности по средствам освоения двигательной деятельности и организации активного отдыха.

### **2. Цель изучения учебного предмета.**

Курс физической культуры направлен на достижение следующих целей, обеспечивающих реализацию личностно-ориентированного, когнитивно-коммуникативного, деятельностного подходов к обучению:

1. формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
2. содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

3. углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
4. воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
5. выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
6. формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

### **3. Структура учебного предмета.**

5-9 классы имеют физкультурно - оздоровительную направленность, включают в содержание обучения следующие разделы:

#### **Теоретические знания:**

История физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение олимпийских игр и олимпийского движения. История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России. Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на олимпийских играх. Характеристика видов спорта входящих в программу. Режим дня и его основное содержание. Первая помощь и самопомощь во время занятий физической культурой и спортом.

#### **Легкая атлетика:**

Прыжки в длину согнув ноги с разбега. Прыжки в высоту способом перешагивания. Метание малого мяча на дальность. Метание малого мяча в цель. Бег на длинные дистанции. Бег на короткие дистанции.

#### **Спортивные игры:**

Волейбол: стойки, перемещения, приемы и передачи мяча, верхняя и нижняя прямая подача, тактика игры. Баскетбол: ведение мяча, ловля и передачи мяча, бросок в кольцо, бросок в кольцо в движении, тактика игры. Футбол: техника передвижений, остановок, поворотов и стоек, удары по мячу, остановки мяча, удары по воротам, тактика игры.

#### **Гимнастика:**

Висы, упоры, акробатические упражнения, опорные прыжки.

#### **Лыжная подготовка:**

Ходы: одновременные, попеременные, одношажные, двушажные. Спуски со склонов подъемы на склон, торможение, повороты. Дистанции 2-3 км.

#### **Вариативная часть:**

Развитие быстроты, выносливости. Развитие координации, выносливости, закаливание организма. Подготовка и сдача ВФСК "ГТО".

### **4. Основные образовательные технологии:**

В процессе изучения предмета используются игровые технологии, активные и интерактивные методы и формы проведения занятий: объяснительно – иллюстративное обучение, групповые технологии, информационная технология, здоровьесберегающая технология.

## **5. Требования к результатам освоения учебного предмета.**

Учащиеся должны научиться:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Планируемые результаты обучения на уровне основного общего образования в полном объёме предоставлены в рабочей программе (предметные, личностные, метапредметные), структурированные по годам обучения и разделам программы по двум уровням:

1. Ученик научится.
2. Ученик получит возможность научиться.

## **6. Общая трудоёмкость учебного предмета.**

Учебный план МОБУ "Пекшиксалинская ООШ" отводит на изучение курса физической культуры (из расчёта 34 учебных недели для 5-9 классов) 510 часов: в 5 классе — 102 ч, в 6 классе — 102 ч, в 7 классе — 102 ч, в 8 классе — 102 ч, в 9 классе — 102 ч. Программа рассчитана на 102 часа (3 часа в неделю). Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 года. №889.

В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

#### **7. Формы контроля.**

Промежуточная аттестация согласно положению МОБУ "Пекшиксолинская основная общеобразовательная школа" "Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся"