

## Аннотация к рабочей программе учебного предмета Физическая культура 5-9 классы

Программы разработаны на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов основного общего образования, Программы Физическая культура.

Предметная линия учебников М.Я.Виленский 5—7 классы, В.И.Лях 8-9 классы. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений— М.: Просвещение 2019г. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК) Виленский М.Я. Физическая культура. 5-7 класс. М.: Просвещение В.И.Лях Физическая культура. 8-9 классы. М.: Просвещение

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН** (количество часов):

5 класс — 2 часа в неделю, 68 часа в год

6 класс — 2 часа в неделю, 68 часа в год

7 класс — 2 часа в неделю, 68 часа в год

8 класс — 2 часа в неделю, 68 часа в год

9 класс — 2 часа в неделю, 68 часа в год

**ЦЕЛЬЮ** школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать физическую культуру для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется и определяет направленность образовательного процесса на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостное развитие физических, духовных и нравственных качеств, творческий подход в организации здорового образа жизни.

**ЗАДАЧИ:** 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 приёмами базовых видов спорта; формирование 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 спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности. Программы обеспечивают достижение выпускниками основной школы определённых личностных, метапредметных и предметных результатов.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов. Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять

контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно коммуникационных технологий. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья. 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 учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели. Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга. 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 её

воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией. Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **5класс**

Основы знаний о физической культуре- в процессе урока

Лёгкая атлетика–10 ч

Гимнастика –10ч

Спортивные игры (волейбол) – 10 ч

Спортивные игры (баскетбол) –9 ч

Спортивные игры (футбол) –4 ч

Лыжные гонки – 6 ч

Подготовка к выполнению  
нормативных требований комплекса

ГТО – 9 ч

### **6 класс**

Основы знаний о физической культуре- в процессе урока

Лёгкая атлетика–10 ч

Гимнастика –10ч

Спортивные игры (волейбол) – 10 ч

Спортивные игры (баскетбол) –10 ч

Спортивные игры (футбол) –4 ч

Лыжные гонки – 6 ч

Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса

ГТО – 10 ч

### **7класс**

Основы знаний о физической культуре- в процессе урока

Лёгкая атлетика–10 ч

Гимнастика –10ч

Спортивные игры (волейбол) – 13 ч

Спортивные игры (баскетбол) –15 ч

Спортивные игры (футбол) –4 ч

Подготовка к выполнению  
нормативных требований комплекса

ГТО – 10 ч

### **8 класс**

Основы знаний о физической культуре-в процессе урока

Легкая атлетика– 8 ч

Гимнастика–10ч

Спортивные  
игры(волейбол) – 12 ч

Спортивные  
игры(футбол) – 4 ч

Спотивные игры  
(Баскетбол)– 12 ч

Подготовка к выполнению  
нормативных требований комплекса  
ГТО – 11 ч

### **9 класс**

Основы знаний о физической культуре- в процессе урока

Легкая атлетика– 8 ч

Гимнастика–10ч

Спортивные

игры(волейбол) – 12 ч

Спортивные

игры(футбол)-4ч

Спортивные

игры(Баскетбол)-12ч

Подготовка к выполнению  
нормативных требований комплекса

ГТО – 11 ч

### **ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Для отслеживания динамики результативности учащихся применяются различные формы контроля: промежуточная и итоговая сдача нормативов; самостоятельные работы; тесты; фронтальный и индивидуальный опрос; отчеты по практическим работам; творческие задания (комплексы упражнений).