

АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» в 5-9 классах

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями федерального компонента государственного стандарта основного общего образования, на основе примерной программы основного общего образования по физической культуре и программы общеобразовательных учреждений по физической культуре для 5-11 классов авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич, М. «Просвещение» 2008г. учебников:

«Физическая культура» в 5-7 классах авторы М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова/ под общей редакцией М.Я. Виленского.

«Физическая культура» в 8-9 классах авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, под общей редакцией В.И. Ляха.

Данный учебный комплекс допущен Министерством образования и науки Российской Федерации и входит в федеральный перечень учебников.

Рабочая программа предназначена для учащихся 5-9 классов. Уровень обучения – базовый.

**Целью** образования в области физической культуры является формирование у школьников устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Изучение предмета «Физическая культура» способствует решению следующих **задач**:

- 1) Содействию 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;
- 2) Обучение основам базовых видов двигательных действий;
- 3) Дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- 4) Формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- 5) Углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- 6) Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- 7) Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

8) Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

Программа построена с учетом принципов системности, научности и доступности, а также преемственности и перспективности между различными разделами курса.

Материал школьного курса «Физическая культура» по классам располагается следующим образом: «Знания о физической культуре»; «Способы двигательной деятельности»; «Физическое совершенствование».

Материал в программе расположен с учетом возрастных возможностей учащихся.

Данная программа содержит все темы, включенные в федеральный компонент содержания образования: «Спортивные игры», «Гимнастика», «Легкая атлетика»,

«Лыжная подготовка».

Место учебного предмета в учебном плане

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводится 945 ч, из расчета 3 ч в неделю с V по IX класс.

#### Примерное распределение программного материала

Разделы программы	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
<b>Знания о физической культуре</b> (История физической культуры. Физическая культура и спорт в современном обществе. Базовые понятия физической культуры. Физическая культура человека.)	В процессе урока				
<b>Способы физкультурной деятельности</b>					
Организация и проведение занятий физической культурой	В процессе урока				
Оценка эффективности занятий физической культурой					
<b>Физическое совершенствование</b>					
<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>	В процессе урока				
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>					
Легкая атлетика	33	33	33	33	33
Гимнастика с основами акробатики	18	18	18	18	18
Лыжные гонки	18	18	18	18	18
Спортивные игры	24	24	24	24	26
Подвижные игры	9	9	9	9	7
<b>Всего часов</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	<b>102</b>

Формы контроля на уроках физической культуры: тестирование, зачёты (контрольные упражнения).

