

Аннотация к рабочей программе по физкультуре 5-9 класс

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Данный учебный предмет имеет своей целью:

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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих задач:

-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;

-обучение основам базовых видов двигательных действий;

-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 способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);

-формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

-выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

-углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

-воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время; -выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

-формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

-воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

-содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции. Принимая во внимание главную цель развития отечественной системы школьного образования и необходимость решения вышеназванных задач образования учащихся 5—9 классов в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы являются: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход; интенсификация и оптимизация; соблюдение дидактических правил; расширение межпредметных связей.

Описание места учебного предмета, в учебном плане. «Физическая культура» в 5-6 классах выделяется 2 часа в неделю: итого 68 часа в каждом классе, всего программой предусмотрено 136 часов. В 7-9 классах отводится 3 часа в неделю: 102 часа в год, всего 306 часов. Третий час учебного предмета «Физическая культура» использован для увеличения двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

Содержание тем

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
Раздел 1. Знания о физической культуре		
1.1	Знания о физической культуре	1

Итого по разделу		1
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности		
2.1	Способы самостоятельной деятельности	1
Итого по разделу		1
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ		
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность		
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2
Итого по разделу		2
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность		
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	8
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	7
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	6
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	12
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	10
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	10
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	11
Итого по разделу		64
Раздел 3. Название		
Итого		0
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
Раздел 1. Знания о физической культуре		
1.1	Знания о физической культуре	1
Итого по разделу		1
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности		
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2
Итого по разделу		2
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ		
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность		
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	1
Итого по разделу		1
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность		
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	8
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	8
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	6
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	12
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	10
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	8
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	12
Итого по разделу		64
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
Раздел 1. Знания о физической культуре		
1.1	Знания о физической культуре	3
Итого по разделу		3
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности		
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5
Итого по разделу		5
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ		
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность		
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3
Итого по разделу		3
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность		
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	12
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	10
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	10
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	10
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	8
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	11
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	30
Итого по разделу		91
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102

8 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
Раздел 1. Знания о физической культуре		
1.1	Знания о физической культуре	3
Итого по разделу		3
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности		
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5
Итого по разделу		5
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ		
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность		
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3
Итого по разделу		3
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность		
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	8
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	12
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	9
2.4	Плавание (модуль "Плавание")	6
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	10
2.6	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	10
2.7	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	6
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	30
Итого по разделу		91
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102

9 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
Раздел 1. Знания о физической культуре		
1.1	Знания о физической культуре	3
Итого по разделу		3
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности		
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5
Итого по разделу		5
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ		
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность		
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3
Итого по разделу		3
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность		
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	10
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	12
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	6
2.4	Плавание (модуль "Плавание")	4
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	9
2.6	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	10
2.7	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	10
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	30
Итого по разделу		91
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102