# Аннотация к рабочей программе по физической культуре для обучающихся 5 - 9 классов (ФГОС)

# Рабочая программа по физической культуре разработана в соответствии с основными положениями:

#  • федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;

# • примерной программы по учебным предметам Физическая культура. М.: Просвещение, 2012;

# • с учетом содержательного аспекта авторской программы В.И. Ляха «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И.Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2013);

 • предметной линии учебников В.И. Ляха общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 5—9 классы» (М.: Просвещение).2014г. Место предмета в учебном плане: Согласно базисному учебному плану школы на обязательное изучение всех учебных тем программы по физической культуре в основной школе 2 часа в неделю с 5 – 9 класс. Из них 2 часа сдачи нормативов по полугодиям и резерв свободного учебного времени в объеме 2 часа для учета местных условий.

# Цели рабочей программы: - 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. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

#  Задачи физического воспитания учащихся направлены: – 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 приемами базовых видов спорта; – освоение 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. Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая

# Программа в своем предметном содержании направлена на: – реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы); – реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся; – соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности; – расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов; – усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, при самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

# Планируемые результаты:

# В результате освоения содержания программного материала учебного предмета «Физическая культура» обучающиеся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня развития физической культуры.

# Учащиеся должны знать: - роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек; - основы формирования двигательных действий и развития физических качеств; - способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

# Учащиеся должны уметь: - составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма; - выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр; - выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; - осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки; - соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов; - осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта; - использовать приобретенные знания и умения в обычной жизни и деятельности; - проводить самостоятельные занятия по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений; - включать занятия физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

# Для реализации программного содержания в учебном процессе можно использовать следующие учебники:

#  1. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: Пособие для учителя / В.И.Лях, Г.Б.Мейксон, Ю.А. Копылов и др.; под ред. В.И.Ляха, Г.Б.Мейксона. – М.: Просвещение, 2002. – 192 с.

# 2. Физическая культура. 8-9 классы: Пособие для учителя / В.И.Лях, А.А. Зданевич; под ред. В.И.Ляха. – М.: Просвещение, 2007. – 112 с.

# 3. Физическая культура. 5-9 классы: Тестовый контроль. Пособие для учителя /В.И. Лях. – 2007. – 144 с.

#  4. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика: В 2 т. Т.II Частные методики. – М.: Федерация аэробики России, 2002. – 216 с.

# 5. Издательство «Просвещение» Телефон: (495) 789-30-40 Internet: [www.prosv.ru](http://www.prosv.ru)

# 6. Л.Е.Любомирский Физическая культура: Учеб.для учащихся 8-9 кл. общеобразовательных учреждений / Л.Е.Любомирский, Г.Б.Мейксон,

# 7. В.И.Лях и др. – М.: М.: Просвещение, 1997. – 112 с.: ил.

# 8. Физическая культура : Учеб.для учащихся 5-7 кл. общеобразоват. учреждений /М.Я.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова и др. – М.: Просвещение, 2006. – 156 с. 13. Физическая культура : Учеб.для учащихся 8-9 кл. общеобразоват. учреждений / В.И.Лях, А.А. Зданевич; под ред. В.И. Ляха – М.