

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 5-9 класс

Настоящая рабочая программа по физической культуре разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897);

- Примерной программой основного общего образования по физической культуре; с изменениями (Приказ Министерства образования и науки РФ № 609 от 23.06.2015 г. в соответствии с пунктом 31 Плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), (распоряжение Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 г. № 1165-р.);

- Авторской программой Физическая культура 5-9 классы под редакцией В.И. Лях М.: Просвещение 2014 год;

- положения о рабочей программе МБОУ «СОШ им. М.М. Рудченко с. Перелюб Перелюбского муниципального района Саратовской области».

- УМК: Виленский, М.Я. Физическая культура. 5–7 кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений / М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский; под общ. ред. М. Я. Виленского. –М.: Просвещение, 2014 г.;

Цель школьного физического воспитания - 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.

Задачи:

1. Содействие гармоническому физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
2. Обучение основам базовых видов двигательных действий;
3. Дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
4. Выработку представлений о физической культуре личности и приемов самоконтроля;
5. Углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, 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. Выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
8. Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
9. Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
10. Содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Рабочая программа составлена для учащихся 5-9 классов.

Содержание программного материала состоит **из двух основных частей:**

Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

Вариативная (дифференцированная) часть физической культуры обусловлена необходимостью учёта индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школ.

Количество часов: 5-8 классы - 105 часов в год, 9 класс – 102 часа в год, в неделю 3 часа: 2 часа - базовый компонент, 1 час – вариативная часть (внеурочная деятельность).

5 класс

№ п/п	Тема раздела Содержание учебного предмета	Количество часов	Формы текущего контроля
1	<p>Физическая культура как область знаний История физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Физическая культура в современном обществе Физическая культура человека Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения Режим дня и его основное содержание. Всестороннее и гармоничное физическое развитие Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль Первая помощь и самопомощь во время занятий физической культурой и спортом</p>	В процессе уроков	Реферат на одну из тем
2	<p>Физическое совершенствование</p> <p>Лёгкая атлетика Беговые упражнения Прыжковые упражнения Метание малого мяча</p> <p>Гимнастика Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Организующие команды и приёмы Опорные прыжки Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине Акробатические упражнения и комбинации</p>	20	Контрольное тестирование
		16	Оценивание техники выполнения

	<p>Баскетбол Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек Освоение техники ведения мяча Овладение техникой бросков мяча Освоение индивидуальной техники защиты Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей</p>	6	Оценивание техники выполнения Сообщение.
	<p>Футбол Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек Освоение техники ведения мяча, передач, ударов по мячу Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей</p>	10	Оценивание техники выполнения Контрольные упражнения
	<p>Конькобежная подготовка Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности. Освоение техники скольжения Освоение техники торможения и поворотов</p>	16	Оценивание техники выполнения Контрольные упражнения
3.	<p>Развитие двигательных способностей Основные двигательные способности. Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз (подвижных перемен)</p>	В процессе уроков	Составить комплекс утренней гимнастики

6 класс

№ п/п	Тема раздела Содержание учебного предмета	Количество часов	Формы текущего контроля
1	<p>Физическая культура как область знаний История зарождения олимпийского движения в России(СССР). Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.</p>	В процессе уроков	

2	Физическое совершенствование		
	Лёгкая атлетика Беговые упражнения Прыжковые упражнения Метание малого мяча	22	Контрольное тестирование
	Гимнастика Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Организуемые команды и приёмы Опорные прыжки Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине Акробатические упражнения и комбинации	6	Оценивание техники выполнения
	Баскетбол Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек Освоение техники ведения мяча Овладение техникой бросков мяча Освоение индивидуальной техники защиты Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	30	Оценивание техники выполнения
	Лыжная подготовка Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Освоение техники лыжных ходов Освоение техники торможения и поворотов Освоение техники подъёмов, спусков	12	Оценивание техники выполнения Контрольные упражнения

7 класс

№ п/п	Тема раздела Содержание учебного предмета	Количество часов	Формы текущего контроля
1	Физическая культура как область знаний Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели. Спортивная подготовка. Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.	В процессе уроков	

2	Физическое совершенствование		
	Лёгкая атлетика Беговые упражнения Прыжковые упражнения Метание малого мяча	21	Контрольное тестирование
	Гимнастика Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Организуемые команды и приёмы Опорные прыжки Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине Акробатические упражнения и комбинации	8	Оценивание техники выполнения
	Баскетбол Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек Освоение техники ведения мяча Овладение техникой бросков мяча Освоение индивидуальной техники защиты Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	25	Оценивание техники выполнения
	Лыжная подготовка Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности Освоение техники лыжных ходов. Освоение техники торможения и поворотов Освоение техники подъёмов, спусков	16	Оценивание техники выполнения Контрольные упражнения

8 класс

№ п/п	Тема раздела Содержание учебного предмета	Количество часов	Формы текущего контроля
1	<p>Физическая культура как область знаний Физическая культура в современном обществе. Всестороннее гармоническое физическое развитие. Здоровье и здоровый образ жизни. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения</p>	<p>В процессе уроков</p>	
2	<p>Физическое совершенствование</p> <p>Лёгкая атлетика Беговые упражнения Прыжковые упражнения Метание малого мяча</p> <p>Гимнастика Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Организующие команды и приёмы Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине Акробатические упражнения и комбинации</p> <p>Баскетбол Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Владение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек Освоение техники ведения мяча Владение техникой бросков мяча Освоение индивидуальной техники защиты Освоение тактики игры Владение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей</p> <p>Лыжная подготовка Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности Освоение техники лыжных ходов. Освоение техники торможения и поворотов Освоение техники подъёмов, спусков</p>	<p>22</p> <p>8</p> <p>27</p> <p>13</p>	<p>Контрольное тестирование</p> <p>Оценивание техники выполнения</p> <p>Оценивание техники выполнения</p> <p>Оценивание техники выполнения Контрольное тестирование</p>

9 класс

№ п/п	Тема раздела Содержание учебного предмета	Количество часов	Формы текущего контроля
1	<p>Физическая культура как область знаний Требования к технике безопасности и бережное отношение к природе (экологические требования) Адаптивная физическая культура. Профессионально-прикладная физическая подготовка Восстановительный массаж Проведение банных процедур. Доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом.</p>	<p>В процессе уроков</p>	
2	<p>Физическое совершенствование</p>		
	<p>Лёгкая атлетика Беговые упражнения Прыжковые упражнения Метание малого мяча</p>	<p>17</p>	<p>Контрольное тестирование</p>
	<p>Гимнастика Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Организующие команды и приёмы Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине Акробатические упражнения и комбинации</p>	<p>13</p>	<p>Оценивание техники выполнения</p>
	<p>Баскетбол Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек Освоение техники ведения мяча Овладение техникой бросков мяча Освоение индивидуальной техники защиты Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей</p>	<p>20</p>	<p>Оценивание техники выполнения</p>
	<p>Лыжная подготовка Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности Освоение техники лыжных ходов. Освоение техники торможения и поворотов. Освоение техники подъёмов, спусков</p>	<p>18</p>	<p>Оценивание техники выполнения Контрольные упражнения</p>