

**Аннотация  
к рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура»  
5-9 классы**

Рабочая программа по физической культуре 5-9 классов составлена на основании нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 г. № 1015 (Зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013 г. № 30067) «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
3. «Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
5. СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
6. Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014г № 540 «Об утверждении положения «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

**Общая характеристика предмета:**

Учебный предмет «Физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура и основа безопасности жизнедеятельности».

Освоение учебного предмета «Физическая культура» направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Рабочая программа реализуется на уровне основного общего образования (5-9 классы). Срок реализации программы 5 лет.

**Место предмета в учебном плане:**

В соответствии с учебным планом МБОУ «СОШ №31» на уровне основного общего образования на изучение учебного предмета «Физическая культура» отводится:

	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	Всего
Часы обязательной части (неделя/год)	3/102	3/102	3/102	3/102	3/102	15/510

**Содержание курса:**

№ п/п	Раздел (темы)	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
<b>1</b>	<b>Физическая культура как область знаний</b>					
1.1	История и современное развитие физической культуры.		▼			
1.2	Современное представление о физической культуре (основные понятия)	▼		▼	▼	
1.3	Физическая культура человека					▼
<b>2</b>	<b>Способы двигательной (физкультурной) деятельности</b>					
2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	▼	▼			
2.2	Оценка эффективности занятий физической культурой			▼	▼	▼

№ п/п	Раздел (темы)	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
<b>3</b>	<b>Физическое совершенствование</b>					
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность				✓	✓
3.2	Физкультурно-оздоровительная деятельность	✓	✓	✓	✓	✓
3.3	Спортивно-оздоровительная деятельность:	✓	✓	✓	✓	✓
	Гимнастика с основами акробатики	✓	✓	✓	✓	✓
	Легкая атлетика	✓	✓	✓	✓	✓
	Лыжные гонки	✓	✓	✓	✓	✓
	Спортивные игры	✓	✓	✓	✓	✓
	Плавание	✓	✓	✓	✓	✓
3.4	Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность				✓	✓

Изучение предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" должно обеспечить:

физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;

формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;

понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

овладение основами современной культуры безопасности жизнедеятельности, понимание ценности экологического качества окружающей среды, как естественной основы безопасности жизни;

понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения;

развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях;

установление связей между жизненным опытом обучающихся и знаниями из разных предметных областей.

**Предметные результаты изучения предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" должны отражать:**

**Физическая культура:**

1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2) 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 учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

4) 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 ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).