

Аннотация рабочей программы по дисциплине Физическая культура в 5,6,7,8,9,10,11 классах

5-6 классы

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 5 - 6 класса разработана на следующей основе: Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. М: Просвещение, 2021

Данная программа создавалась с учетом 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 ребенка, его самоопределение на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г № 287, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05 07 2021 г , рег номер — 64101) (далее — ФГОС ООО), Примерной программы воспитания, с учётом распределённых по классам проверяемых требований к результатам освоения Основной образовательной программы основного общего образования.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 5-6 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Программа по физической культуре для 5-6 класса состоит из следующих разделов:

1. Знания о физической культуре
2. Физическое совершенствование:
 - Модуль Легкая атлетика
 - Модуль Гимнастика
 - Модуль Зимние виды спорта
3. Способы самостоятельной деятельности

4. Спорт

- Модуль Спортивные игры

Программа рассчитана на 2 часа в неделю (68 часов).

Логика изложения и содержание авторской программы полностью соответствуют требованиям федерального компонента государственного стандарта основного образования, поэтому в программу не внесено значительных изменений. В 3 четверти лыжная подготовка заменяется кроссовой, в связи с условиями образовательного учреждения.

5 -6 классы УМК

Физическая культура. 5, 6, 7 классы: Учебник для общеобразоват. организаций / [М. Я. Виленский и др.]; под ред. М. Я. Виленского. — М.: Просвещение, 2019. — 239 с.

7-9 классы

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 7 - 9 класса разработана на следующей основе: Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. М: Просвещение, 2021

Данная программа создавалась с учетом 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 ребенка, его самоопределение.

Логика изложения и содержание авторской программы полностью соответствуют требованиям федерального компонента государственного стандарта основного образования, поэтому в программу не внесено значительных изменений. В 3 четверти лыжная подготовка заменяется кроссовой в связи с условиями образовательного учреждения.

Главная цель развития отечественной системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры.

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

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивого организма к

неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- 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;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

Программа 7 – 9 класса включает в себя разделы:

- Легкая атлетика
- Кроссовая подготовка
- Спортивные игры
- Спортивная гимнастика
- Лыжная подготовка

Учащиеся основной школы должны демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчик и	Девочки
Скоростные	Бег 60 м. с. высокого старта с опорой на	9,2	10,2
Силовые	Прыжок в длину с места, см	180	165
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	12	-
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	—	18
К выносливости	Бег 2000 м, мин	8,50	10,20
К координации	Последовательное выполнение пяти	10,0	14,0
	Броски малого мяча в стандартную мишень,	12,0	10,0

Программа рассчитана на 2 часа в неделю (68 часов).

7 - 9 классы УМК

1. Физическая культура. 5, 6, 7 классы: Учебник для общеобразоват. организаций / [М. Я. Виленский и др.]; под ред. М. Я. Виленского. — М.: Просвещение, 2019. — 239 с.
2. Физическая культура. 8-9 классы: Учебник для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — М.: Просвещение, 2019. — 256 с.

10-11 классы

Рабочая программа составлена на основе Примерной программы по физической культуре для общеобразовательных школ по Комплексной программе физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. М: Просвещение, 2021

Задачи физического воспитания учащихся 10-11 классов направлены на:

- содействие гармоничному физическому развитию, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;
- формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности;
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значение занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;
- закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания.

Программа 10 – 11 класса включает в себя разделы:

- Легкая атлетика
- Кроссовая подготовка

- Спортивные игры
- Спортивная гимнастика
- Лыжная подготовка

Учащиеся должны демонстрировать.

Физические способности	Физические упражнения	Юноши	Девушки
Скоростные	Бег 60м, с.	8,3	9,5
	Бег 30м, с.	4,3	5,1
Силовые	Подтягивания в висе на высокой перекладине, кол-	12	-
	Поднимание туловища из положения лежа (30с)	-	26
	Прыжок в длину с места, см.	215	170
К выносливости	Бег 1000 м, мин.	3,40	4,20
	Передвижение на лыжах 2000 м.		

Программа рассчитана на 3 часа в неделю (102 часа).

10 - 11 классы УМК

Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 255 с.