

**Аннотация к рабочей программе по предмету  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
основного общего образования.**

Рабочая программа является составной частью Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Гимназия № 53» г. Пензы. Рабочая программа составлена на основе примерных программ учебных курсов, предметов Примерной основной образовательной программы основного общего образования (Одобрена Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 8 апреля 2015 г. № 1/15, <http://fgosreestr.ru/>), Фундаментального ядра содержания общего образования и примерной программы по учебным предметам.

Физическое воспитание в основной школе должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни.

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.

В процессе освоения предмета «Физическая культура» на уровне основного общего образования формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретает опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учетом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности.

Содержание программного материала состоит из 2-х основных частей: базовый и вариативной (дифференцированной).

Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без базового компонента невозможна успешная адаптация к жизни в человеческом обществе и эффективное осуществление трудовой деятельности независимо от того, чем бы хотел молодой человек заниматься в будущем.

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 учета индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школы.

*В связи с социально-экономическими сложностями школы и многих семей учащихся ( в школе нет материальной базы для проведения лыжной подготовки, многие семьи не имеют возможностей приобрести дорогостоящий лыжный инвентарь) лыжная подготовка заменена кроссовой подготовкой, являющейся адекватной, т.к. тоже развивает общую выносливость.*

*Часы вариативного компонента добавлены в базовый компонент.*

*Для прохождения программы по физическому воспитанию в 5- 9 классах в учебном процессе для обучения предлагается использовать следующие учебники.*

*В базовую часть – входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу.*

Программа включает в себя разделы: легкая атлетика, гимнастика, *лыжная подготовка*, спортивные игры (волейбол, баскетбол, пионербол) Рабочая программа предназначена для практического использования в учебно- образовательном процессе с целью сохранения единого

образовательного пространства и преемственности в задачах между ступенями образования, предупреждения учебных перегрузок, соблюдения общих подходов к раскрытию дидактических единиц, установленных в государственном стандарте.

Целью школьного физического воспитания является 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» 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 приемах 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.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений можно выделять время как в процессе уроков.

В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования предмет «**Физическая культура**» изучается **с 5 по 9-й класс**.

На ступени основного общего образования в **2018 – 2019** учебном году предмет «**Физическая культура**» реализуется в соответствии с требованиями ФГОС ООО с использованием учебных комплектов

- в **5 - 9 классе** – **Н.В. Сеница, В.Д. Симоненко. учебники «Технология», А.Т. Тищенко, В.Д. Симоненко «Технология»**

На ступени основного общего образования в соответствии с учебным планом МБОУ «Гимназия № 53» г. Пензы предмет «**Физическая культура**» изучается в объеме **525 ч**. В том числе: в 5 классе — **105 ч**, в 6 классе — **105 ч**, в 7 классе — **105 ч**, в 8 классе — **105 ч**, в 9 классе — **105 ч**. Общее

количество уроков в неделю с 5-го по 9-й класс составляет **15** часов ( 5 - 9-й классы – по **3** часа в неделю).