

Аннотация
к рабочей программе по учебному предмету
«Физическая культура» для 5-9 классов

Программа по физической культуре на уровне основного общего образования подготовлена на основе ФГОС ООО (утверждены приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287), ФОП ООО, (Утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 под № 370), федеральной рабочей программы воспитания, с учётом распределённых по классам проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Данная программа создавалась с учётом 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 ребёнка, его самоопределения.

Данный учебный предмет имеет своей целью: 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» в основной школе 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 приёмах 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.

Основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы являются: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход; интенсификация и оптимизация; соблюдение дидактических правил; расширение межпредметных связей.

Описание места учебного предмета в учебном плане

«Физическая культура» в 5-9 классах выделяется 2 часа в неделю: итого 68 часа в каждой параллели, всего программой предусмотрено 340 часов. Третий час учебного предмета «Физическая культура» использован для увеличения двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение

современных систем физического воспитания.

Учебно-методический комплект, обеспечивающий реализацию рабочей программы по музыке для 5-9 классов, включает:

1) Физическая культура: 5 класс: учебник / А.П. Матвеев. – 13-е изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2023.

2) Физическая культура: 6-7 класс: учебник / А.П. Матвеев. – 13-е изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2023.

3) Физическая культура. 8-9 классы: учебник для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. 3-е изд. – М.: Просвещение, 2015.