

Аннотация к рабочей программе по физической культуре, 5-9 классы

Критерии	Описание критерия
Полное наименование Рабочей программы по предмету	Рабочая программа по предмету «Физическая культура» (Комплексная программа физического воспитания учащихся)
Уровень образования	Основное общее образование, 5-9 классы.
Нормативная основа разработки программы	Рабочая программа составлена на основе Примерной программы по физической культуре для среднего общего образования, авторской программы под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Авторы составители А.Н. Каинов, Г.И. Курьеров. Соответствует Федеральному компоненту государственного стандарта общего образования. - Изд.3-е, испр.- Волгоград: Учитель, 2014. Физкультура. Календарно-тематическое планирование, 5-11 классы В.И. Виненко. - Изд. 2-е, Волгоград: Учитель, 2014г. ФГОСТ Физическая культура. 5-7 классы, 8-9 классы. М.Я. Виленский, И.М. Туревский. ФГОСТ Физическая культура. В.И. Лях.- 3-е издание. - М.: Просвещение; ОАО «Московские учебники», 2011г.
Срок реализации программы	5-9 классы,
Количество часов по программе всего и интенсивность в неделю	Всего по программе: 510 часов. Интенсивность: 3 часа в неделю в каждой параллели.
Учебники и учебные пособия	Физическая культура. 5-7 классы, 8-9 классы. М.Я. Виленский, И.М. Туревский. ФГОСТ Физическая культура. В.И. Лях.- 3-е издание. - М.: Просвещение; ОАО «Московские учебники», 2011г.
Дата утверждения. Органы и должностные лица, принимавшие участие в разработке, рассмотрении, принятии, утверждении образовательной программы	Рассмотрена и принята на заседании Педагогического совета ГБОУ Школа № 1282 города Москвы, Протокол № 1 от 29 августа 2016 года. Утверждена и.о. директора ГБОУ Школа № 1282 Е.Д. Жилиной
Основная цель и задачи реализации программы	Цель: содействие гармоническому развитию личности, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности. Задачи: 1) 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. 2) Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время. 3) Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России; знание истории

	<p>физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной.</p> <p>4) Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые социальные сообщества;</p>
<p>Основные требования к результатам освоения программы</p>	<p>Ведущей идеей курса является формирование устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности личности через развитие основных физических качеств и способностей.</p> <p>Продолжить знакомство со знаниями о физкультурной деятельности, отражающей её культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы; обобщить знания о терминологии, средствах и методах физической культуры; формировать жизненно важные двигательные навыки и умения, их вариативное использование в учебной деятельности и в процессе самостоятельных занятий;</p> <p>расширить двигательный опыт посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий и овладения новыми двигательными действиями с повышенной координационной сложностью; формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения; формировать умения выбирать средства физической культуры в соответствии с различными целями, задачами и условиями, пользоваться этими умениями и навыками для составления комплексов физических упражнений, для организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями в оздоровительных целях, при планировании и контроле физических нагрузок, для профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи; отрабатывать проектные умения обучающихся средствами физической культуры.</p> <p>формировать позитивное отношение к занятиям физической культурой и спортом, достижение осознания красоты и эстетической ценности физической культуры обучающихся.</p> <p><u>Умения в области физической культуры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9—13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9—13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»; в метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10—12 м) с использованием четырёх хшажного варианта

	<p>бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10-15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10-12 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> - гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять комбинацию из четырёх элементов на перекладине (мальчики) и на разновысоких брусьях (девочки); опорные прыжки через козла в длину (мальчики) и в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из шести элементов, или комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов; выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперёд и назад в полушпагат, «мост» и поворот в упор стоя на одном колене (девочки); - в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам); - демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей; - владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений; - владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырёхборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта; - владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.
<p>Краткая информация о системе оценивания результатов освоения программы</p>	<p>Оценивание предусмотрено как по окончании раздела, так и по мере освоения умений и навыков в формате тестирования и зачетов.</p>