

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

5-6 класс ФГОС

Целью обучения физической культуре является

- формирование у школьников основ здорового образа жизни;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- приобретение необходимых знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта.

Предлагаемая программа по физической культуре для учащихся ориентируется на **решение следующих задач**

- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным и спортивным играм;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости; координации движений;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни, укреплении здоровья и физическом развитии человека;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках, лазанье, метании;
- развитие устойчивого интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и самосовершенствованию

Общая характеристика учебного предмета

Приоритетом основного общего образования является формирование общих умений и навыков, уровень которых в значительной мере предопределяет успешность всего последующего обучения. Успешное овладение программой по физической культуре способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у них универсальных способностей (компетенций), которые выражаются в метапредметных и предметных результатах всего образовательного процесса. Содержание программного материала состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной). Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Базовый компонент составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры.

Вариативная (дифференцированная) часть обусловлена региональным, национальным и особенностями работы школы, предлагаемая учебная программа характеризуется направленностью

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки и т.п.);
- на соблюдение правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному»;
- на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний в режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями вне школы.

В течение учебного года учащиеся готовятся к сдаче норм ГТО, соответствующие возрастным нормам. Подготовка к сдаче норм ГТО осуществляется на каждом уроке.

Программа состоит из 3 разделов

- « **Знания о физической культуре**» - основные направления развития человека: знания о природе, о человеке, об обществе;

- « **Способы физкультурной деятельности**»

- самостоятельные занятия физическими упражнениями, способы организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся;

- « **Физическое совершенствование**»

- гармоничное физическое развитие, всесторонняя физическая подготовка и укрепление здоровья учащихся. Освоение жизненно важных умений в подвижных играх и двигательных действий из программных видов спорта, общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Личностные результаты

- формирование чувств патриотизма и гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

- формирование уважительного отношения, истории и культуре и религии других народов; - развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла в обучении;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умения избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Метапредметные результаты

- овладение способностью ставить цели и задачи в учебной деятельности, поиска средств их осуществлению;

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- формирование умения понимать причины успеха и неудач в учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неудач;

- определение общей цели и путей ее достижения в коллективе; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение;

- готовность конструктивно разрешать спорные вопросы посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение базовыми, предметными и метапредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами процессами.

Предметные результаты

- формирование представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, психологического и социального), о ее позитивном влиянии на развитие (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное),

- овладение умениями организовать режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.;

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины тела и массы тела и др),

- формирование основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

- взаимодействие со сверстниками в процессе занятий, проведения подвижных игр и соревнований;
- овладение техническими действиями из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Рабочая программа соответствует содержанию Федерального государственного стандарта основного общего образования и направлена на реализацию содержания предметной области «Физическая культура». Рабочая программа составлена на основе Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (В. И. Лях, А. А. Зданевич) по требованиям ФГОС.

Место учебного предмета в учебном плане

Курс «Физическая культура» изучается в 5-6 классах из расчёта 3 часа в неделю. Третий час учебного предмета «Физическая культура» используется на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания». Курс обеспечивает необходимый и достаточный уровень развития основных физических качеств и способностей; укрепление здоровья; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физической культуре; освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли и формировании здорового образа жизни.

В соответствии с годовым учебным графиком продолжительность учебного года в 5- 6 классах 34 учебных недель. Итоговое количество часов в год на изучение предмета составляет 102 часа.