

Аннотация рабочей программы по предмету  
**«Физическая культура»**  
для обучающихся 5 – 9 классов

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

Основной целью программы по физической культуре 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. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования по физической культуре на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета «Физическая культура», придания ей личностно значимого смысла, содержание программы по физической культуре представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования, – 340 часов: в 5 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 6 классе –

68 часов (2 часа в неделю), в 7 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 8 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 9 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

## РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ

### 5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>	
1.1	Знания о физической культуре
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>	
2.1	Способы самостоятельной деятельности
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>	
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>	
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>	
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")

### 6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>	
1.1	Знания о физической культуре
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>	
2.1	Способы самостоятельной деятельности
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>	
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>	
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>	
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")

2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")
-----	---

## 7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>	
1.1	Знания о физической культуре
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>	
2.1	Способы самостоятельной деятельности
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>	
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>	
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>	
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")

## 8 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>	
1.1	Знания о физической культуре
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>	
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>	
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>	
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>	
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")
2.4	Плавание (модуль "Плавание")
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")
2.6	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")
2.7	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")

## 9 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>	
1.1	Знания о физической культуре
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>	
2.1	Способы самостоятельной деятельности
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>	
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>	
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>	
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")
2.4	Плавание (модуль "Плавание")
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")
2.6	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")
2.7	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>	