**Аннотация к рабочей программе по физической культуре 5-9 класс**

**Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 5 класса** разработана в

соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта утвержденного

Федеральным законом «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 года №329-Ф3. и на

основе программы физического воспитания учащихся 5 - 9 классов В.И. Ляха (М: Просвещение,

2014) **в объеме 105 часов (35 учебных недель)**

**Цель школьного образования по физической культуре** - 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 5 классе эта цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование

устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью,

целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств

физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс в области физической культуры **в 5 классе** строится так, чтобы

были решены **следующие задачи:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных

возможностей организма;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими

упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими

действиями и приёмами базовых видов спорта;

- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в

формировании здорового образа жизни;

- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно оздоровительной

деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

-воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и

сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Для реализации рабочей программы используется следующий **учебно-методический комплекс:**

**1.** Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы В.И. Лях, А.А.

Зданевич. М: Просвещение, 2013.

**2.** Рабочая праграмма по физической культуре учащихся 5 – 9 классов. Автор В.И.Лях. М:

Просвещение, 2014.

**Общая характеристика учебного процесса**

Основные формы организации образовательного процесса в 5 классе по предмету «Физическая культура»:

- уроки физической культуры;

-физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;

-спортивные соревнования и праздники;

-занятия в спортивных секциях и кружках;

- самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта,

которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с элементами

акробатики», «Лёгкая атлетика», «Лыжные гонки», «Спортивные игры».

**Место учебного предмета в учебном плане**

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы в 5

классе отводится – 105 часа, из расчёта 3 часа в неделю (35 учебных недель). **Третий час учебного**

**предмета «Физическая культура» используется для увеличения двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.**

**Выпускник 5 класса научится:**

-выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма,

повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие

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

- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных

упражнений;

-выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);

- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы,

демонстрировать технику умения последовательно чередовать их в процессе

прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);

- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;

- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в

условиях учебной и игровой деятельности;

- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных

физических качеств.

**Учебник:А.П.Матвеев Физическая культура.5 класс**

**М.:Просвещение ,2014 г.**

**Учебник:А.П.Матвеев Физическая культура 6-7 классы.**

**М.:Просвещение,2014 г.**

**Содержание программы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Кол-во часов** |
| **1.** | **Легкая атлетика** | **8** |
| **2.** | **Баскетбол** | **10** |
| **3.** | **Подвижные игры** | **9** |
| **4.** | **Гимнастика** | **21** |
| **5.** | **Лыжная подготовка** | **18** |
| **6.** | **Баскетбол** | **7** |
| **7.** | **Волейбол** | **6** |
| **8.** | **Баскетбол** | **8** |
| **9.** | **Легкая атлетика** | **18** |

**Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 6 класса** разработана в

соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта утвержденного

Федеральным законом «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 года №329-Ф3. и на

основе программы физического воспитания учащихся 5 - 9 классов В.И. Ляха (М: Просвещение,

2014) **в объеме 105 часов (35 учебных недель) из расчета 3 часа в неделю.**

**Цель школьного образования по физической культуре** - 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 6 классе эта цель конкретизируется**: учебный процесс направлен на формирование

устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью,

целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств

физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс в области физической культуры в 6 классе строится так, чтобы

были решены следующие задачи:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных

возможностей организма;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими

упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими

действиями и приёмами базовых видов спорта;

-освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в

формировании здорового образа жизни;

- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной

деятельности, самостоятельной

организации занятий физическими упражнениями;

-воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и

сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников **6 класса**, учебный предмет «Физическая культура» в своём предметном содержании направлен на:

- реализацию принципа вариативности;

-реализацию принципа достаточности и сообразности;

- соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному;

- расширение межпредметных связей;

- усиление оздоровительного эффекта.

Для реализации рабочей программы используется следующий учебно-методический комплекс:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы В.И. Лях, А.А.

Зданевич. М: Просвещение, 2013.

2. Рабочая праграмма по физической культуре учащихся 5 – 9 классов. Автор В.И.Лях. М:

Просвещение, 2014.

3. Внеурочная деятельность. Футбол. Авторы Г.А.Колодницкий,

В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. М.: Просвещение, 2011.

4. Внеурочная деятельность. Легкая атлетика. Авторы Г.А.Колодницкий,

В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. М.: Просвещение, 2011.

Общая характеристика учебного процесса

Уроки подразделяются на три типа:

1. Уроки с образовательно-познавательной направленностью дают

учащимся необходимые знания, знакомят со способами и правилами организации самостоятельных

занятий, обучают навыкам и умениям по их планированию, проведению и контролю.

2. Уроки с образовательно-обучающей направленностью используются по преимуществу для

обучения практическому материалу, который содержится в разделе « Физическое

совершенствование».

3. Уроки с образовательно-тренировочной направленностью

используются для развития физических качеств и проводятся в рамках целенаправленной

физической подготовки.

В целом каждый из уроков физической культуры носит образовательную направленность и по

возможности должен активно включать школьников в различные формы самостоятельной

деятельности (самостоятельные упражнения и учебные задания). При этом приобретаемые

учащимися на уроках знания и умения должны включаться в систему домашних занятий, при

выполнении которых они закрепляются.

Для повышения двигательной активности широко применяется игровой и соревновательный

методы, каждый третий час планируется в форме урока-игры, соревнования.

Настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта,

которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с элементами

акробатики», «Лёгкая атлетика», «Лыжные гонки», «Спортивные игры». Раздел «Основы знаний о

физической культуре» изучается в процессе уроков.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в 6 классе

оцениваются по трём базовым уровням, исходя из принципа «общее – частное – конкретное», и

представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

**Учебник:А.П.Матвеев Физическая культура 6-7 классы.**

**М.:Просвещение,2014 г.**

**Содержание программы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Кол-во часов** |
| **1.** | **Легкая атлетика** | **8** |
| **2.** | **Баскетбол** | **10** |
| **3.** | **Футбол** | **9** |
| **4.** | **Гимнастика** | **21** |
| **5.** | **Баскетбол** | **15** |
| **6.** | **Лыжная подготовка** | **16** |
| **7.** | **Футбол** | **8** |
| **9.** | **Легкая атлетика** | **18** |

**Рабочая программа для учащихся 7 классов** спланировано на основе комплексной программы

физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях,

кандидат педагогических наук А.А. Зданевич. Москва «Просвещение», 2011) **из расчёта трёх**

**часов в неделю на 105 учебных часов.** Программа разработана в соответствие с требованиями

федерального компонента государственного образовательного стандарта и региональными

нормативными документами. Программа включает разделы: пояснительную записку; требования к

уровню подготовки учащихся; календарно-тематическое планирование, содержание программы

учебного предмета, формы и средства контроля, перечень учебно-методических средств обучения.

**Содержание тематического планирования при трех учебных занятиях в неделю** направлено на

выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической

культуре и ориентировано на выполнение базовой части комплексной программы по физической

культуре. Вариативная часть программного материала спланирована на основе подвижных,

народных и спортивных игр. Учащиеся на уроках физической культуры осваивают программный

материал с включением в каждую учебную четверть использование народных, подвижных и

спортивных игр. Каждый 3 урок проводится в форме игры или соревнования. На уроках физической

культуры в 7 классах решаются все основные задачи, стоящие перед школьной системой

физического воспитания. Особенностью тематического планирования является включение в каждый

урок народных, подвижных, спортивных игр и соревновательно -игровых упражнений из базовых

видов спорта программного материала. Каждый 3 урок проводится в форме игры или соревнования.

На уроках физической культуры в 7 классах решаются все основные задачи, стоящие перед

школьной системой физического воспитания, которые вытекают из цели общего и среднего

образования:

- 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;

- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на

основные системы организма;

- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаря,

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.

**Учебный курс представлен учебно-методическим комплектом:** программа учебник,

методическое пособие, дидактические материалы, составленные авторской группой: В.И. Лях и

М.Я. Виленский и др. Линия учебно-методических комплектов под редакцией В.И. Лях и

М.Я.Виленского способствуют в первую очередь обучению жизненно важным двигательным

умениям и навыкам, развитию двигательных способностей. Учебники написаны в соответствии с

«Комплексной программой физического воспитания учащихся 1 – 11 классов». Согласно

локальному акту образовательного учреждения учащиеся проходят аттестацию по

окончании четверти. Итоговая аттестация производится на основании четвертных

оценок. В начале и в конце учебного года учащиеся сдают контрольные упражнения

(тесты) для определения развития уровня физической подготовленности в зависимости от

возраста и пола. По прохождении разделов программы проводится контрольный урок.

Текущий учет является основным видом проверки успеваемости учащихся по физической

культуре. Он отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения

задач конкретного урока.

**ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

**ЗНАТЬ:**

-основы истории развития физической культуры в России

- особенности развития избранного вида спорта;

-педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным

действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и

систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;

-содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности,

основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;

-физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и

энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования

средствами физической культуры в разные возрастные периоды;

-возрастные особенности развития физических качеств,

-способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной

функциональной направленностью.

**УМЕТЬ:**

-технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной

специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации

собственного досуга;

-проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей,

коррекции осанки и телосложения;

-разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические

упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;

-контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении

физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования

физических кондиций;

-соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими

упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

-пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными

техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий

физической культурой.

**ДЕМОНСТРИРОВАТЬ:**

**Физические способности**

**Адреса порталов и сайтов:**

Электронный адрес Название сайта

http://www.school.edu.ru: Федеральный российский общеобразовательный

портал

http://www.edu.ru: Федеральный портал «Российское образование»

http://www.km.ru: Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий»

http://www.vestnik.edu.ru: Электронный журнал «Вестник образования»

http://www.td-shkolnik.com: Торговый дом «Школьник»

http://www.vgf.ru: сайт издательского центра «Вентана –Граф»

http://www.drofa.ru: Издательский дом «Дрофа»

http://www.1september.ru: Издательский дом «1 сентября»

http://minstm.gov.ru/ Министерство спорта, туризма и молодёжной

политики Российской Федерации

http://www.mifkis.ru/: Московский институт физической культуры и

спорта

http://www.vniifk.ru/: Научно-исследовательский институт физической

культуры и спорта

http://www gorodki.ogr/ Федерация городошного спорта

http://www.rfs.ru/ Российский футбольный союз

http://www.basket.ru/ Российская федерация баскетбола

http://www.lapta.ru/ Федерация лапты России

http://www.sportgymrus.ru/ Федерация спортивной гимнастики России

http://www.rusgymnastics.ru/ Всероссийская федерация художественной

гимнастики России

**Учебник:А.П.Матвеев Физическая культура 6-7 классы.**

**М.:Просвещение,2014 г.**

**Содержание программы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Кол-во часов** |
| **1.** | **Легкая атлетика** | **9** |
| **2.** | **Баскетбол** | **11** |
| **3.** | **Футбол** | **7** |
| **4.** | **Гимнастика** | **21** |
| **5.** | **Лыжная подготовка** | **15** |
| **6.** | **Баскетбол** | **9** |
| **7.** | **Футбол** | **8** |
| **8.** | **Волейбол** | **7** |
| **9.** | **Легкая атлетика** | **18** |

**Рабочая программа для учащихся 8 классов спланировано** на основе комплексной программы

физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях,

кандидат педагогических наук А.А. Зданевич. Москва «Просвещение», 2011) из расчёта трёх

часов в неделю на 105 учебных часов. Программа разработана в соответствие с требованиями

федерального компонента государственного образовательного стандарта и региональными

нормативными документами. Программа включает разделы: пояснительную записку; требования к

уровню подготовки учащихся; календарно-тематическое планирование, содержание программы

учебного предмета, формы и средства контроля, перечень учебно-методических средств обучения.

Содержание тематического планирования при трех учебных занятиях в неделю направлено на

выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической

культуре и ориентировано на выполнение базовой части комплексной программы по физической

культуре. Вариативная часть программного материала спланирована на основе подвижных,

народных и спортивных игр. Учащиеся на уроках физической культуры осваивают программный

материал с включением в каждую учебную четверть использование народных, подвижных и

спортивных игр. Каждый 3 урок проводится в форме игры или соревнования. На уроках физической

культуры в 8 классах решаются все основные задачи, стоящие перед школьной системой

физического воспитания. Особенностью тематического планирования является включение в каждый

урок народных, подвижных, спортивных игр и соревновательно -игровых упражнений из базовых

видов спорта программного материала. Каждый 3 урок проводится в форме игры или соревнования.

На уроках физической культуры в 8 классах решаются все основные задачи, стоящие перед

школьной системой физического воспитания, которые вытекают из цели общего и среднего

образования:

- 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;

- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на

основные системы организма;

- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаря,

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.

Учебный курс представлен учебно-методическим комплектом: программа учебник,

методическое пособие, дидактические материалы, составленные авторской группой: В.И. Лях и

М.Я. Виленский и др. Линия учебно-методических комплектов под редакцией В.И. Лях и

М.Я.Виленского способствуют в первую очередь обучению жизненно важным двигательным

умениям и навыкам, развитию двигательных способностей. Учебники написаны в соответствии с

«Комплексной программой физического воспитания учащихся 1 – 11 классов». Согласно локальному

акту образовательного учреждения учащиеся проходят аттестацию по окончании четверти. Итоговая

аттестация производится на основании четвертных оценок. В начале и в конце учебного года учащиеся

сдают контрольные упражнения (тесты) для определения развития уровня физической подготовленности в зависимости от возраста и пола. По прохождении разделов программы проводится контрольный урок.

Текущий учет является основным видом проверки успеваемости учащихся по физической культуре. Он

отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения задач конкретного урока.

**ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

**ЗНАТЬ:**

**-** основы истории развития физической культуры в России

- особенности развития избранного вида спорта;

-педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным

действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и

систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;

-содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности,

основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;

-физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и

энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования

средствами физической культуры в разные возрастные периоды;

-возрастные особенности развития физических качеств,

-способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной

функциональной направленностью.

**УМЕТЬ:**

-технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной

специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации

собственного досуга;

-проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей,

коррекции осанки и телосложения;

-разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические

упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;

-контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении

физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования

физических кондиций;

-соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими

упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

-пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными

техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий

физической культурой.

**ДЕМОНСТРИРОВАТЬ:**

**Физические способности**

Адреса порталов и сайтов

Электронный адрес Название сайта

http://www.school.edu.ru: Федеральный российский общеобразовательный портал

http://www.edu.ru: Федеральный портал «Российское образование»

http://www.km.ru: Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий»

http://www.vestnik.edu.ru: Электронный журнал «Вестник образования»

http://www.td-shkolnik.com: Торговый дом «Школьник»

http://www.vgf.ru: сайт издательского центра «Вентана –Граф»

26

http://www.drofa.ru: Издательский дом «Дрофа»

http://www.1september.ru: Издательский дом «1 сентября»

http://minstm.gov.ru/ Министерство спорта, туризма и молодёжной политики

Российской Федерации

http://www.mifkis.ru/: Московский институт физической культуры и спорта

http://www.vniifk.ru/: Научно-исследовательский институт физической

культуры и спорта

http://www gorodki.ogr/ Федерация городошного спорта

http://www.rfs.ru/ Российский футбольный союз

http://www.basket.ru/ Российская федерация баскетбола

http://www.lapta.ru/ Федерация лапты России

http://www.sportgymrus.ru/ Федерация спортивной гимнастики России

http://www.rusgymnastics.ru/ Всероссийская федерация художественной

гимнастики России

**Содержание программы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Кол-во часов** |
| **1.** | **Легкая атлетика** | **8** |
| **2.** | **Баскетбол** | **12** |
| **3.** | **Футбол** | **7** |
| **4.** | **Гимнастика** | **21** |
| **5.** | **Волейбол** | **8** |
| **6.** | **Лыжная подготовка** | **15** |
| **7.** | **Футбол** | **8** |
| **8.** | **Баскетбол** | **7** |
| **9.** | **Легкая атлетика** | **19** |

**Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 9 класса** разработана на основе

Комплексной программы физического воспитания учащихся 5 - 9 классов В.И. Ляха и А.А.Зданевича

(М: Просвещение, 2010) в объеме 105 часов (35 учебных недель).

**Цель школьного образования по физической культуре** - 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 9 классе** эта цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование

устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью,

целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств

физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс в области физической культуры в 9 классе строится так, чтобы

**были решены следующие задачи:**

-укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных

возможностей организма;

-формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими

упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими

действиями и приёмами базовых видов спорта;

-освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в

формировании здорового образа жизни;

-обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной

деятельности, самостоятельной

организации занятий физическими упражнениями;

-воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и

сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников **9 класса,** учебный предмет «Физическая культура» в своём предметном содержании направлен на:

-реализацию принципа вариативности;

-реализацию принципа достаточности и сообразности;

-соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному;

-расширение межпредметных связей;

-усиление оздоровительного эффекта.

**Для реализации рабочей программы используется следующий учебно-методический комплекс:**

1. Рабочая программа по физической культуре учащихся 5 – 9 классов. Автор В.И.Лях. М:

Просвещение, 2010.

2. Внеурочная деятельность. Легкая атлетика. Авторы Г.А.Колодницкий,

В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. М.: Просвещение, 2011.

Общая характеристика учебного процесса

Основные формы организации образовательного процесса **в 9 классе** по предмету «Физическая культура»:

-уроки физической культуры;

-физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;

-спортивные соревнования и праздники;

-занятия в спортивных секциях и кружках;

-самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Уроки физической культуры – основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета.

В целом каждый из уроков физической культуры носит образовательную направленность и по

возможности должен активно включать школьников в различные формы самостоятельной

деятельности (самостоятельные упражнения и учебные задания). При этом приобретаемые

учащимися на уроках знания и умения должны включаться в систему домашних занятий, при

выполнении которых они закрепляются.

Для повышения двигательной активности широко применяется игровой и соревновательный

методы, **каждый третий час планируется в форме урока-игры, соревнования.**

Настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта,

которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с элементами

акробатики», «Лёгкая атлетика», «Лыжные гонки», «Спортивные игры». Раздел «Основы знаний о

физической культуре» изучается в процессе уроков.

**Место учебного предмета в учебном плане**

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы в 9

классе отводится – 105 часа, из расчёта 3 часа в неделю (35 учебных недель). **Третий час учебного**

**предмета «Физическая культура» используется для увеличения двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.**

**Ценностные ориентиры содержания учебного процесса**

Основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная)

деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы

человека.

**Учебник:А.П.Матвеев Физическая культура 8-9 классы**

**М.:Просвещение,2014 г.**

**Содержание программы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Кол-во часов** |
| **1.** | **Легкая атлетика** | **9** |
| **2.** | **Футбол** | **10** |
| **3.** | **Баскетбол** | **8** |
| **4.** | **Гимнастика** | **21** |
| **5.** | **Баскетбол** | **9** |
| **6.** | **Лыжная подготовка** | **16** |
| **7.** | **Волейбол** | **6** |
| **8.** | **Футбол** | **7** |
| **9.** | **Легкая атлетика** | **19** |