

Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура» по программе основного общего образования (год набора - 2023)

1 Цели и задачи освоения программы

Общей целью школьного образования 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 рабочей программе для 5-9 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников 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 рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников 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 в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», 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, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы

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 (лыжная подготовка), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

В программе предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям школьников данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Содержание рабочей программы, раскрытие личностных и метапредметных результатов обеспечивает преемственность и перспективность в освоении областей знаний, которые отражают ведущие идеи учебных предметов основной школы и подчёркивают её значение для формирования готовности учащихся к дальнейшему образованию в системе среднего полного или среднего профессионального образования.

2 Содержание дисциплины

5 класс Физическая культура

Тема 1. Беговые упражнения

Тема 2. Прыжковые упражнения

Тема 3. Метание малого мяча

Тема 4. Развитие выносливости

Тема 5. Развитие скоростно-силовых способностей

Тема 6. Развитие скоростных способностей

Тема 7. Организующие команды и приемы

Тема 8. Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов)

Тема 9. Упражнения общеразвивающей направленности (с предметами)

Тема 10. Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях

Тема 11. Опорные прыжки

Тема 12. Акробатические упражнения и комбинации

Тема 13. Развитие координационных способностей

Тема 14. Развитие силовых способностей и силовой выносливости

Тема 15. Развитие гибкости

Тема 16. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек

Тема 17. Освоение ловли и передач мяча

Тема 18. Освоение техники ведения мяча

Тема 19. Овладение техникой бросков

Тема 20. Освоение индивидуальной техники защиты

- Тема 21. Закрепление техники владений мячом и развитие координационных способностей
- Тема 22. Освоение тактики игры
- Тема 23. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 24. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек
- Тема 25. Освоение техники приёма и передач мяча
- Тема 26. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 27. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроения двигательных действий, способностей к согласованию движений и ритму)
- Тема 28. Развитие выносливости
- Тема 29. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей
- Тема 30. Освоение техники нижней прямой подачи
- Тема 31. Освоение техники прямого нападающего удара
- Тема 32. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей

Тема 33. Освоение тактики игры

Тема 34. Овладение организаторскими умениями

6 класс Физическая культура

Тема 1. Беговые упражнения

Тема 2. Прыжковые упражнения

Тема 3. Метание малого мяча

Тема 4. Развитие выносливости

Тема 5. Развитие скоростно-силовых способностей

Тема 6. Развитие скоростных способностей

Тема 7. Организующие команды и приемы

Тема 8. Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов)

Тема 9. Упражнения общеразвивающей направленности (с предметами)

Тема 10. Упражнения и комбинации на гимнастических брусках

Тема 11. Опорные прыжки

Тема 12. Акробатические упражнения и комбинации

Тема 13. Развитие координационных способностей

Тема 14. Развитие силовых способностей и силовой выносливости

Тема 15. Развитие гибкости

Тема 16. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек

Тема 17. Освоение ловли и передач мяча

Тема 18. Освоение техники ведения мяча

Тема 19. Овладение техникой бросков

Тема 20. Освоение индивидуальной техники защиты

- Тема 21. Закрепление техники владений мячом и развитие координационных способностей
- Тема 22. Освоение тактики игры
- Тема 23. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 24. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек
- Тема 25. Освоение техники приёма и передач мяча
- Тема 26. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 27. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроения двигательных действий, способностей к согласованию движений и ритму)
- Тема 28. Развитие выносливости
- Тема 29. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей
- Тема 30. Освоение техники нижней прямой подачи
- Тема 31. Освоение техники прямого нападающего удара
- Тема 32. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей
- Тема 33. Освоение тактики игры
- Тема 34. Овладение организаторскими умениями

7 класс Физическая культура

- Тема 1. Беговые упражнения
- Тема 2. Прыжковые упражнения
- Тема 3. Метание малого мяча
- Тема 4. Развитие выносливости
- Тема 5. Развитие скоростно-силовых способностей
- Тема 6. Развитие скоростных способностей
- Тема 7. Организующие команды и приемы
- Тема 8. Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов)
- Тема 9. Упражнения общеразвивающей направленности (с предметами)
- Тема 10. Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях
- Тема 11. Опорные прыжки
- Тема 12. Акробатические упражнения и комбинации
- Тема 13. Развитие координационных способностей
- Тема 14. Развитие силовых способностей и силовой выносливости
- Тема 15. Развитие гибкости
- Тема 16. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек
- Тема 17. Освоение ловли и передач мяча
- Тема 18. Освоение техники ведения мяча
- Тема 19. Овладение техникой бросков
- Тема 20. Освоение индивидуальной техники защиты

- Тема 21. Закрепление техники владений мячом и развитие координационных способностей
- Тема 22. Освоение тактики игры
- Тема 23. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 24. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек
- Тема 25. Освоение техники приёма и передач мяча
- Тема 26. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 27. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроения двигательных действий, способностей к согласованию движений и ритму)
- Тема 28. Развитие выносливости
- Тема 29. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей
- Тема 30. Освоение техники нижней прямой подачи
- Тема 31. Освоение техники прямого нападающего удара
- Тема 32. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей
- Тема 33. Освоение тактики игры
- Тема 34. Овладение организаторскими умениями

8 класс Физическая культура

- Тема 1. Беговые упражнения
- Тема 2. Прыжковые упражнения
- Тема 3. Метание малого мяча
- Тема 4. Развитие выносливости
- Тема 5. Развитие скоростно-силовых способностей
- Тема 6. Развитие скоростных способностей
- Тема 7. Организующие команды и приемы
- Тема 8. Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов)
- Тема 9. Упражнения общеразвивающей направленности (с предметами)
- Тема 10. Упражнения и комбинации на гимнастических брусках
- Тема 11. Опорные прыжки
- Тема 12. Акробатические упражнения и комбинации
- Тема 13. Развитие координационных способностей
- Тема 14. Развитие силовых способностей и силовой выносливости
- Тема 15. Развитие гибкости
- Тема 16. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек
- Тема 17. Освоение ловли и передач мяча
- Тема 18. Освоение техники ведения мяча
- Тема 19. Овладение техникой бросков
- Тема 20. Освоение индивидуальной техники защиты

- Тема 21. Закрепление техники владений мячом и развитие координационных способностей
- Тема 22. Освоение тактики игры
- Тема 23. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 24. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек
- Тема 25. Освоение техники приёма и передач мяча
- Тема 26. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 27. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроения двигательных действий, способностей к согласованию движений и ритму)
- Тема 28. Развитие выносливости
- Тема 29. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей
- Тема 30. Освоение техники нижней прямой подачи
- Тема 31. Освоение техники прямого нападающего удара
- Тема 32. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей
- Тема 33. Освоение тактики игры
- Тема 34. Овладение организаторскими умениями

9 класс Физическая культура

- Тема 1. Беговые упражнения
- Тема 2. Прыжковые упражнения
- Тема 3. Метание малого мяча
- Тема 4. Развитие выносливости
- Тема 5. Развитие скоростно-силовых способностей
- Тема 6. Развитие скоростных способностей
- Тема 7. Организующие команды и приемы
- Тема 8. Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов)
- Тема 9. Упражнения общеразвивающей направленности (с предметами)
- Тема 10. Упражнения и комбинации на гимнастических брусках
- Тема 11. Опорные прыжки
- Тема 12. Акробатические упражнения и комбинации
- Тема 13. Развитие координационных способностей
- Тема 14. Развитие силовых способностей и силовой выносливости
- Тема 15. Развитие гибкости
- Тема 16. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек
- Тема 17. Освоение ловли и передач мяча
- Тема 18. Освоение техники ведения мяча
- Тема 19. Овладение техникой бросков
- Тема 20. Освоение индивидуальной техники защиты

- Тема 21. Закрепление техники владений мячом и развитие координационных способностей
- Тема 22. Освоение тактики игры
- Тема 23. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 24. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек
- Тема 25. Освоение техники приёма и передач мяча
- Тема 26. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей
- Тема 27. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроения двигательных действий, способностей к согласованию движений и ритму)
- Тема 28. Развитие выносливости
- Тема 29. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей
- Тема 30. Освоение техники нижней прямой подачи
- Тема 31. Освоение техники прямого нападающего удара
- Тема 32. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей
- Тема 33. Освоение тактики игры
- Тема 34. Овладение организаторскими умениями