

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

Рабочая программа по физической культуре для 5-9 классов создана на основе федерального компонента государственного стандарта основного общего образования и авторской программы для 5 - 9 классов

- ✓ Федерального закона от 29.12.2012г. №273 «Об Образовании в Российской Федерации» №273
- ✓ Приказа министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
- ✓ Примерной основной образовательной программы основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 15.09.2023 № 6/23).
- ✓ Основной образовательной программы основного общего образования муниципального общеобразовательного автономного учреждения «СОШ № 76»

### **Роль предмета**

Рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» для 5—9 классов общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную конкретизацию требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего среднего образования и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

В своей социально-ценностной ориентации Примерная рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки обучающихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

### **Изучение физической культуры в основной школе направлено на достижение следующих целей:**

- формирование привычки к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой;
- умение планировать самостоятельные занятия физической культурой и строить индивидуальные программы оздоровления и физического развития;
- умение отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью с учетом индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- организацию самостоятельных систематических занятий физическими упражнениями с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- умение оказывать первую помощь при травмах (например, извлечение и перемещение пострадавших, проведение иммобилизации с помощью подручных средств, выполнение осмотра пострадавшего на наличие наружных кровотечений и мероприятий по их остановке);
- умение проводить мониторинг физического развития и физической подготовленности, наблюдение за динамикой развития своих физических качеств и двигательных

способностей, оценивать состояние организма и определять тренирующее воздействие занятий физическими упражнениями, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;

- умение выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений;
- владение основами технических действий и приемами различных видов спорта, их использование в игровой и соревновательной деятельности;
- умение повышать функциональные возможности систем организма при подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

### **Место предмета в учебном плане (сколько часов отводится):**

Федеральный базисный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ отводит 374 учебных часа для обязательного изучения физической культуры:

- 5 класс – 68 часа/2 часа в неделю
- 6 класс – 68 часа/2 часа в неделю
- 7 класс – 68 часа/2 часа в неделю
- 8 класс – 68 часа/2 часа в неделю
- 9 класс – 102 часа/3 часа в неделю

### **Содержание учебного предмета**

- Знания о физической культуре
- Способы самостоятельной деятельности
- Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность
- Спортивно-оздоровительная деятельность
- Спортивно-оздоровительная деятельность
- Знания о физической культуре
- Способы самостоятельной деятельности
- Физическое совершенствование
- Знания о физической культуре
- Способы самостоятельной деятельности
- Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность
- Спортивно-оздоровительная деятельность