**Физическая культура (5-9 классы) — аннотация к рабочей программе**

Рабочая программа учебного курса по физической культуре 5-9 класса составлена на основе «Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура.1-11 классы» Автор А.П. Матвеев.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК):

* Матвеев А.П. Физическая культура. 5 класс: учебник. - Просвещение, 2013.
* Матвеев А.П. Физическая культура. 6-7 класс: учебник. - М: Просвещение,2014.
* Матвеев А.П. Физическая культура. Просвещение, 8-9 кл., 2016 г.

ЦЕЛЬ

* 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.
* Формирование устойчивых мотивов и потребностях школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

ЗАДАЧИ:

* Укрепления здоровья, развития основных физических качеств и повышения функциональных возможностей организма;
* Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной 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 физкультурно-оздоровительной и спортивно-оэдоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
* Воспитание положительных качеств личности и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

*Программы обеспечивают достижение выпускниками основной школы определённых личностных, метапредметных и предметных результатов.*

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

* Овладение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
* Овладение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
* Способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
* Овладение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спортивные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
* Умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
* Культура движений, умение передвигаться красиво, легко и непринуждённо.
* Умение достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
* Умение оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.
* Овладение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
* Овладение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
* Умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

* Умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
* Умение излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
* Способность представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* Умение измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
* Способность оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
* Умение организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* Умение характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
* Развитие навыков взаимодействия со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* Умение в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* Умение подавать строевые команды, вести счёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
* Умение находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
* Умение выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высокотехническом уровне, характеризовать признаки технического исполнения;
* Умение выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
* Умение применить жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

* Умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* Умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* Осознание необходимости обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* Умение организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
* Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* Способность видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* Способность оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* Овладение способностью управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

 СОДЕРЖАНИЕ

**5 класс**

Лёгкая атлетика 15 ч

Баскетбол 15 ч

Проектная деятельность 6 ч

Гимнастика с элементами акробатики 14 ч

Лыжные гонки 10 ч

Спортивная игра футбол 14 ч

Лёгкая атлетика 10 ч

Спортивная игра волейбол 16 ч

**6 класс**

Легкая атлетика 15 ч

Баскетбол 15 ч

Проектная деятельность 6 ч

Гимнастика с элементами акробатики 14 ч

Лыжный гонки 16 ч

Футбол 10 ч

Кроссовая подготовка 10ч

Волейбол 15 ч

**7 класс**

Легкая атлетика 15 ч

Баскетбол 15 ч

Проектная деятельность 6 ч

Гимнастика с элементами акробатики 14 ч

Лыжный спорт 16 ч

Футбол 10 ч

Кроссовая подготовка 10ч

Волейбол 15 ч

**8 класс**

История и современное развитие физической культуры 4ч

Футбол 12ч

Баскетбол 16ч

Способы двигательной (физкультурной деятельности) 4ч

Гимнастика с основами акробатики 10ч

Проектная деятельность 10ч

Лыжные гонки 12ч

Волейбол 12ч

Легкая атлетика 13ч

Прикладно- ориентированная физкультурная деятельность 5ч

**9 класс**

История и современное развитие физической культуры 4ч

Гимнастика с основами акробатики.16ч

Баскетбол.15 ч

Лыжный гонки.10 ч.

Волейбол. 15 ч.

Футбол. 12 ч.

Физическое совершенствование. 3ч.

Кроссовая подготовка. 8ч.

ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Состоит из оценки показателей физической подготовленности на начало и конец учебного года и из итоговой контрольной работы за курс в конце учебного года.

Формы контроля уровня обученности: выполнение контрольных нормативов, тестирование. Стартовый контроль в начале года. Он определяет исходный уровень обученности. (выполнение нормативов)

Текущий контроль в форме. Выполнение тестов по разделам, выполнение упражнений по разделам. С помощью текущего контроля возможно диагностирование процесса, выявление его динамики, сопоставление результатов обучения на отдельных его этапах.

Заключительный контроль. Выполнение упражнений и выполнение теоретической тестовой работы за год.