

## Аннотация

### к рабочей программе по физической культуре в 5-9 классах 2023-2024 уч. год

Программа по предмету «Физическая культура» для 5 – 9 класса разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и примерной программой основного общего образования по физической культуре, с учетом комплексной программы физического воспитания учащихся В. И. Ляха, А. А. Зданевича.

**Целью** школьного образования по физической культуре на ступени основного образования является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать физическую культуру для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется и определяет направленность образовательного процесса на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостное развитие физических, духовных и нравственных качеств, творческий подход в организации здорового образа жизни. В рамках реализации этой цели образовательный процесс в основной школе по физической культуре ориентируется на решение следующих **задач**:

- 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 по физической культуре, настоящая рабочая программа в своём предметном содержании направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения;
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и

процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

### Место учебного предмета в учебном плане.

По приказу Минобрнауки от 30 августа 2010г №889 на изучение физической культуры в основной школе выделяется еще 1 ч в неделю.

В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 и письмом Департамента образования Ярославской области от 24.05.2011 г. № 1589/01-10 количество часов в неделю, отведенное на изучение предмета «Физическая культура» в 5-9 классах следующее

**5 класс -68 часа (2 часа в неделю), 34 учебные недели**

**6 класс -68 часа (2 часа в неделю), 34 учебные недели**

**7 класс -68 часа (2 часа в неделю), 34 учебные недели**

**8 класс -68 часа (2 часа в неделю), 34 учебные недели**

**9 класс -68 часа (2 часа в неделю), 34 учебные недели**

### Тематическое планирование

Класс	Раздел	Количество часов	Уроки контролирующего характера	Воспитательный потенциал урока	ЦОР
5 класс	Способы двигательной (физкультурной) деятельности (3 часа)	3		- Повышение двигательной активности - Повышенный эмоциональный фон	<a href="https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html">https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html</a>
	Легкая атлетика (15 часов)	15	5	- Волевые усилия - развитие речи	<a href="https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-fgos-klass-legkaya-atletika-1132171.html">https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-fgos-klass-legkaya-atletika-1132171.html</a>
	Лапта (3 часа)	3	1	- воспитание стремления к здоровому образу жизни	<a href="https://infourok.ru/sportivnaya-igra-lapta-klass-2476444.html">https://infourok.ru/sportivnaya-igra-lapta-klass-2476444.html</a>
	Баскетбол (9 часов)	9	2	-воспитание культуры безопасного отношения к себе, к окружающему миру	<a href="https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html">https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html</a>
	Знания о физической культуре (2 часа)	2			<a href="https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html">https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html</a>
	Способы двигательной (физкультурной) деятельности	2			<a href="https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html">https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html</a>

	(2 час)			<p>- формирование и сплочение классных коллективов</p> <p>-воспитание товарищества, взаимовыручки, милосердия</p>	
	Физкультурно-оздоровительная деятельность (1 час)	1			<a href="https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-vneurochnov-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html">https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-vneurochnov-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html</a>
	Гимнастика с основами акробатики (11 часов)	11	3		<a href="https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html">https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html</a>
	Лыжные гонки (14 час)	14	5		<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-lizhnava-podgotovka-klass-562912.html">https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-lizhnava-podgotovka-klass-562912.html</a>
	Волейбол (5 часов)	5	2		<a href="https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html">https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html</a>
	Туризм (1 час)	1			<a href="https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizkultury-po-teme-turizm-vvazanie-turisticheskikh-uzlov-9-klass-5086819.html">https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizkultury-po-teme-turizm-vvazanie-turisticheskikh-uzlov-9-klass-5086819.html</a>
	Футбол (2 часа)	2	1		<a href="https://infourok.ru/rabochaya-programma-futbol-kl-3408786.html">https://infourok.ru/rabochaya-programma-futbol-kl-3408786.html</a>
6 класс	Легкая атлетика (15 часов)	15	5	- Повышение двигательной активности	<a href="https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-fgos-klass-legkaya-atletika-1132171.html">https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-fgos-klass-legkaya-atletika-1132171.html</a>
	Футбол (2 часа)	2	1	- Повышенный эмоциональный фон	<a href="https://infourok.ru/rabochaya-programma-futbol-kl-3408786.html">https://infourok.ru/rabochaya-programma-futbol-kl-3408786.html</a>
	Знания о физической культуре (5 час)	5		- Волевые усилия	<a href="https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html">https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html</a>
	Волейбол (6 часов)	6	2	- воспитание стремления к здоровому образу жизни	<a href="https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html">https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html</a>
	Способы двигательной (физкультурной) деятельности (2 час)	2		-воспитание культуры безопасного отношения к себе, к окружающему миру	<a href="https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html">https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html</a>
	Гимнастика (11 часов)	11	3		<a href="https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html">https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html</a>
	Физкультурно-оздоровительная деятельность (1 час)	1		- формирование и сплочение классных коллективов	<a href="https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-vneurochnov-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html">https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-vneurochnov-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html</a>
	Лыжные гонки	14	4	-воспитание товарищества,	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-">https://infourok.ru/prezentaciya-</a>

	(14 час)			взаимовыручки, милосердия	<a href="https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-562912.html">na-temu-lizhnava-podgotovka-klass-562912.html</a>
	Баскетбол (8 часов)	8	3		<a href="https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html">https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html</a>
	Лепта (4 часов)	4	1		<a href="https://infourok.ru/sportivnaya-igra-lapta-klass-2476444.html">https://infourok.ru/sportivnaya-igra-lapta-klass-2476444.html</a>
7 класс	Знания о физической культуре (3 час)	3		- Повышение двигательной активности	<a href="https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html">https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html</a>
	Легкая атлетика (16 часов)	16	5	- Повышенный эмоциональный фон	<a href="https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-fgos-klass-legkaya-atletika-1132171.html">https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-fgos-klass-legkaya-atletika-1132171.html</a>
	Футбол (2 часа)	2	1	- Волевые усилия	<a href="https://infourok.ru/rabochaya-programma-futbol-kl-3408786.html">https://infourok.ru/rabochaya-programma-futbol-kl-3408786.html</a>
	Волейбол (7 часов)	7	2	- развитие речи	<a href="https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html">https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html</a>
	Гимнастика с основами акробатики (12 часов)	12	3	- воспитание стремления к здоровому образу жизни	<a href="https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html">https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html</a>
	Способы двигательной (физкультурной) деятельности (1 час)	1		-воспитание культуры безопасного отношения к себе, к окружающему миру	<a href="https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html">https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html</a>
	Лыжные гонки (14 час)	14	4	- формирование и сплочение классных коллективов	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-lizhnava-podgotovka-klass-562912.html">https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-lizhnava-podgotovka-klass-562912.html</a>
	Физкультурно-оздоровительная деятельность (2 час)	2		-воспитание товарищества, взаимовыручки, милосердия	<a href="https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-vneurochnov-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html">https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-vneurochnov-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html</a>
	Баскетбол (8 часов)	8	3		<a href="https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html">https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html</a>
	Лепта (3 часов)	3	1		<a href="https://infourok.ru/sportivnaya-igra-lapta-klass-2476444.html">https://infourok.ru/sportivnaya-igra-lapta-klass-2476444.html</a>
8 класс	Знания о физической культуре (1 час)	1		- Повышение двигательной активности	<a href="https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html">https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html</a>
	Легкая атлетика (18 часов)	18	5	- Повышенный эмоциональный фон	

	Волейбол (10 часов)	10	3	- Волевые усилия - развитие речи	
	Физкультурно-оздоровительная деятельность (2 час)	2		- воспитание стремления к здоровому образу жизни -воспитание культуры	<a href="https://infourok.ru/rabochava-programma-po-vneurochnoy-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html">https://infourok.ru/rabochava-programma-po-vneurochnoy-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html</a>
	Гимнастика (11 часов)	11	3	безопасного отношения к себе, к	<a href="https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html">https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html</a>
	Способы двигательной (физкультурной) деятельности (3 часа)	3		окружающему миру - формирование и сплочение классных коллективов	<a href="https://infourok.ru/rabochava-programma-po-fgos-klass-legkava-atletika-1132171.html">https://infourok.ru/rabochava-programma-po-fgos-klass-legkava-atletika-1132171.html</a>
	Лыжные гонки (14 час)	14	4	-воспитание товарищества, взаимовыручки,	<a href="https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html">https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html</a>
	Баскетбол (8 часов)	8	3	милосердия	<a href="https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html">https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html</a>
	Футбол (1 час)	1			<a href="https://infourok.ru/rabochava-programma-futbol-kl-3408786.html">https://infourok.ru/rabochava-programma-futbol-kl-3408786.html</a>
9 класс	Физкультурно-оздоровительная деятельность (1 час)	1		- Повышение двигательной активности - Повышенный эмоциональный фон	<a href="https://infourok.ru/rabochava-programma-po-vneurochnoy-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html">https://infourok.ru/rabochava-programma-po-vneurochnoy-devatelnosti-sportivnoozdorovitelnoe-napravlenie-sportivnie-igri-klassi-3196908.html</a>
	Легкая атлетика (16 часов)	16	5	- Волевые усилия - развитие речи	<a href="https://infourok.ru/rabochava-programma-po-fgos-klass-legkava-atletika-1132171.html">https://infourok.ru/rabochava-programma-po-fgos-klass-legkava-atletika-1132171.html</a>
	Волейбол (12 часов)	12	3	- воспитание стремления к здоровому	<a href="https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html">https://infourok.ru/programma-voleybol-dlya-klassov-1590765.html</a>
	Гимнастика (11 часов)	11	3	образу жизни -воспитание	<a href="https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html">https://infourok.ru/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-3096403.html</a>
	Лыжные гонки (14 час)	14	4	культуры	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-lizhnava-podgotovka-klass-562912.html">https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-lizhnava-podgotovka-klass-562912.html</a>
	Способы двигательной (физкультурной)	2		безопасного отношения к себе, к окружающему	<a href="https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html">https://infourok.ru/programma-po-fizicheskoy-kulture-po-fgos-klass-1163159.html</a>

	деятельности (2час)			<b>миру</b> <b>- формирование</b> <b>и сплочение</b> <b>классных</b> <b>коллективов</b> <b>-воспитание</b> <b>товарищества,</b> <b>взаимовыручки,</b> <b>милосердия</b>	
	Знания о физической культуре (3 час)	3			<a href="https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html">https://infourok.ru/uchebnaya-programma-fizicheskaya-kultura-klassi-1307773.html</a>
	Баскетбол (9 часов)	9	3		<a href="https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html">https://infourok.ru/programma-po-basketbolu-klass-976185.html</a>