

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» адресована учащимся 5-9 классов

#### Основные задачи реализации содержания:

- развитие двигательной активности обучающихся, укрепление здоровья;
- достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- повышение функциональных возможностей основных систем организма;
- формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом;
- формирование системы знаний о физическом совершенствовании человека;
- приобретение опыта организации самостоятельных занятий физической культурой с учетом индивидуальных особенностей и способностей;
- формирование умений применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

#### Общая характеристика учебного предмета

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 (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание (вводится в учебный процесс при наличии соответствующих условий и материальной базы по решению муниципальных органов управления образованием. Данный модуль может быть заменён углублённым изучением материала других инвариантных модулей). Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Модули рабочей программы могут быть реализованы в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования, на спортивных площадках и залах, находящихся в муниципальной собственности.

Вариативные модули объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разработано на основе Примерной модульной программы по физической культуре для общеобразовательных организаций «Базовая физическая подготовка», рекомендованной Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Учебный предмет «Физическая культура» реализуется с помощью современных образовательных технологий, которые обеспечивают формирование и развитие универсальных учебных действий и достижение планируемых результатов на уровне ООО:

- технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса (технологии групповой деятельности, технологии уровневой дифференциации);
- технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (игровые технологии, проблемное обучение)
- развития двигательных качеств (повторный, интервальный, равномерный; стандартно-повторный, вариативный, соревновательный, игровой, метод сопряженного обучения и развития двигательных качеств, круговая тренировка и т.д.).
- исследовательские технологии;
- проектные технологии;
- ИКТ.

#### Место учебного предмета в учебном плане.

Учебный предмет «Физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура и Основы безопасности жизнедеятельности» и реализуется на основе обязательной части учебного плана, общий объем учебного времени составляет 348 часов, в том числе:

класс	количество учебных недель	количество часов в неделю	общее количество часов в год
5	34	2	68
6	34	2	68
7	34	2	68
8	34	2	68
9	33	2	66