***АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ***

***Физическая культура 5 класс***

Рабочая программа разработана на основе Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования 2010г. Примерной программы основного общего образования по физической культуре, образовательной программы основного общего образования МБОУ «Катичская СОШ» с использованием авторской программы общеобразовательных учреждений по физической культуре для 5-9 классов. Физическая культура 5-9 классы. Автор: В.И. Лях комплексная программа ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 5 – 9 классы Москва «Просвещение» 2012г

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Программа имеет цель:** формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организация активного отдыха.

**В ходе ее достижения решаются задачи:**

* формировать адекватную оценку собственных физических возможностей;
* углубить изучение основ базовых видов двигательных действий;
* развивать творческий подход к дальнейшему развитие координационных и кондиционных способностей;
* создать основу  знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
* формирование  понимание  представлений  о физической культуре личности и приемах самоконтроля; углубление представлений об основных видах спорта соревнований, оказания первой помощи при травмах;
* формировать привычку к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время;
* совершенствовать коммуникативные умения: воспитание взаимопомощи, дисциплинированности чувства ответственности.
* формировать  устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни; закрепление навыков правильной осанки

        Основные задачи программы заключаются в следующем:

* продолжить знакомство со знаниями о физкультурной деятельности, отражающей её культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
* обобщить знания о терминологии, средствах и методах физической культуры;
* формировать жизненно важные двигательные навыки и умения, их вариативное использование в учебной деятельности и в процессе самостоятельных занятий;
* расширить двигательный опыт посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий и овладения новыми двигательными действиями с повышенной координационной сложностью;
* формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;
* формировать умения выбирать средства физической культуры в соответствии с различными целями, задачами и условиями, пользоваться этими умениями и навыками для составления комплексов физических упражнений, для организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями в оздоровительных целях, при планировании и контроле физических нагрузок, для профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи;
* отрабатывать  проектные умения обучающихся  средствами физической культуры.
* формировать позитивное отношение к занятиям физической культурой и спортом, достижение осознания красоты и эстетической ценности физической культуры обучающихся.

Ведущей идеей курса является формирование устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности личности через развитие основных физических качеств и способностей.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в школе основного общего образования , на его преподавание отводится 102 часа в год,3 часа в неделю.

КОНТРОЛЬНЫЕ ТЕСТЫ -2

Распределение учебного времени

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы и темы | Базовая часть | Вариативная часть | Всего часов |
| 1 | Основы знаний по физической культуре | - | - | В процессезанятий |
| 3 | Гимнастика  | 18 | - | 18 |
| 4 | Легкая атлетика | 21 | 3 | 24 |
| 5 | Лыжные гонки | 18 | - | 18 |
| 6 | Волейбол  | 18 | 3 | 21 |
| 7 | Баскетбол  | - | 21 | 21 |
|  | всего | 75 | 27 | 102 |

1.Контрольные тесты за 1 полугодие - 1 2.Контрольные тесты за учебный год - 1

УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКТ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование объектов и средствматериально-технического оснащения | Необходимое количество | Примечание  |
| 1 | Стенка гимнастическая | г |  |
| 2 | Бревно гимнастическое | г |  |
| 3 | Козёл гимнастический | г |  |
| т | Конь гимнастический | г |  |
| 5 | Перекладина гимнастическая | г |  |
| 6 | Канат для лазанья | г |  |
| 7 | Мост гимнастический подкидной | г |  |
| 8 | Скамейка гимнастическая жёсткая | г |  |
| 9 | Комплект навесного оборудования | г | В комплект входят перекладина, брусья, мишени для метания |
| 10 | Скамья атлетическая наклонная  | г |  |
| 11 | Гантели наборные | г |  |
| 12 | Коврик гимнастический | к |  |
| 13 | Акробатическая дорожка | г |  |
| 14 | Маты гимнастические | г |  |
| 15 | Мяч набивной(1кг,2кг) | г |  |
| 16 | Мяч малый (теннисный) | к |  |
| 17 | Скакалка гимнастическая | к |  |
| 18 | Палка гимнастическая | к |  |
| 19 | Обруч гимнастический | к |  |
| 20 | Коврики массажные | г |  |
| 21 | Секундомер настенный с защитной сеткой | д |  |
| 22 | Сетка для переноса малых мячей | д |  |
| 23 | Планка для прыжков в высоту | д |  |
| 24 | Стойка для прыжков в высоту | д |  |
| 25 | Флажки разметочные на опоре | г |  |
| 26 | Лента финишная | д |  |
| 27 | Дорожка разметочная для прыжков длину с места | г |  |
| 28 | Рулетка измерительная | д |  |
| 29 | Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой | д |  |
| 30 | Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой | г |  |
| 31 | Мячи баскетбольные для мини-игры | г |  |
| 32 | Сетка для переноса и хранения мячей | д |  |
| 33 | Сетка волейбольная | д |  |
| 34 | Мячи волейбольные | г |  |
| 35 | Ворота для мини-футбола | д |  |
| 36 | Сетка для ворот мини-футбола | д |  |
| 37 | Мячи футбольные | г |  |
| 38 | Компрессор для накачивания мячей | д |  |
| 39 | Палатки туристические | г |  |
| 41 | Рюкзаки туристические | г |  |
| 42 | Пульсометр | г |  |
| 43 | Шагомер электронный | г |  |
| 44 | Комплект динамометров ручных | д |  |
| 45 | Динамометр становой | д |  |
| 46 | Тонометр автоматический | д |  |
| 47 | Весы медицинские с ростомером | д |  |
| 48 | Аптечка медицинская | д |  |
| 49 | Спортивный зал игровой |  | С раздевалками для девочек и мальчиков (шкафчики, мягкие скамейки, коврики), душевые, туалеты. |
| 50 | Спортивный зал гимнастический |  |  |
| 51 | Кабинет учителя |  | Включает в себя рабочий стол, стулья, сейф, книжные шкафы, шкаф для одежды. |
| 52 | Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования |  | Включает в себя стеллажи. Контейнеры. |
| 53 | Легкоатлетическая дорожка | д |  |
| 54 | Сектор для прыжков в длину | д |  |
| 55 | Сектор для прыжков в высоту | д |  |
| 56 | Игровое поле для мини-футбола | д |  |
| 57 | Площадка игровая баскетбольная | д |  |
| 58 | Площадка игровая волейбольная | д |  |
| 59 | Гимнастический городок | д |  |
| 60 | Полоса препятствий | д |  |
| 61 | Лыжная трасса | д |  |

Д- демонстрационный экземпляр; К- комплект на класс; Г- комплект, необходимый для практической работы в группах

Список литературы:

• Физическая культура. Рабочие программы (ФГОС). Предметная линия учебников М. Я .Виленского, В.И. Ляха 5-9 классы. Пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И. Лях.- 4-е изд.- М.:Просвещение, 2014. 64с.-ISBN 978-5-09-032931-6

• Лях, В.И. Физическая культура. 8-9 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений / В.И. Лях, А.А. Зданевич ; под общ. РедВ.И.Ляха.-М.: Просвещение, 2012.

• Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы.- М. Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения)

• Настольная книга учителя физической культуры: справ.-метод. Пособие/ сост.Б.И. Мишин. -М.:ООО «Изд-во АСТ»: ООО «Изд-во Астрель»,2003.

• Физическая культура 1-11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Авторы-составители А.Н. Каинов, к.п.н. Г.И. Курьерова. Издание 2-е Волгоград: Учитель-2012 г.

• Физическая культура. 5-7классы. Под ред. М. Я. Виленского .(М. Просвещение, 2012г)