

Физическая культура

Рабочая программа обязательного учебного предмета «Физическая культура» для обучающихся 5 класса МБОУ «Гимназия №9» г. Симферополь на 2022-2023 учебный год разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287;
- Примерная основная образовательная программа основного общего образования (Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 18.03.2022 протокол № 1/22);
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Гимназия №9» г. Симферополь, утвержденная приказом от 30.08.2022 № 457;
- Примерная рабочая программа основного общего образования предмета «Физическая культура» (для 5-9-ых классов образовательных организаций), одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 27.09.2021 протокол № 3/21;
- Авторская программа по физической культуре:
 - Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха, М.Я Виленского, 5-9 классы / В.И. Лях, М.Я Виленский– М.: Просвещение, 2017г.
 - Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы / В.И. Лях, А.А. Зданевич- М.: Просвещение, 2011г.
 - Учебно-методический комплекс «Физическая культура 5-9 классы»/ В.И. Лях, А.А. Зданевич- М.: Просвещение, 2012г.;
- с учетом рабочей программы воспитания МБОУ «Гимназия №9» г. Симферополь.

Данная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для 5го класса рассчитана на 68 часов при 34 учебных неделях (2 ч в неделю).

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» реализует следующие основные функции:

- информационно-методическую;
- организационно-планирующую;
- контролирующую.

Целями изучения учебного предмета «Физическая культура» в 5Б классе являются:

- 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 потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом;

- воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Для достижения поставленных целей учебного предмета «Физическая культура» в 5м классе решаются следующие задачи:

- формировать адекватную оценку собственных физических возможностей;
- углубить изучение основ базовых видов двигательных действий;
- развивать творческий подход к дальнейшему развитию 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.