

Аннотация  
к рабочей программе по физической культуре для учащихся 5-7 классов

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 5 - 6 класса разработана на следующей основе: Примерная программа по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. М.: Просвещение, 2011; Предметная линия учебников М.Я Виленского, В.Я. Ляха. 5-9 классы. М.: Просвещение, 2014; «Физическая культура». Учебник для 5-7 классов общеобразовательных учреждений; М.Л. Виленский и др.– М: Просвещение, 2015

Данная программа создавалась с учетом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределение.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 5 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Программа по физической культуре для 5 – 7 классов состоит из следующих разделов:

**5-6 классы**

| № п/п | Вид программного материала          | Кол-во часов | Характеристика видов деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------|-------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Базовая часть                       | 75           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 1.1   | Основы знаний о физической культуре |              | Раскрывают историю возникновения физической культуры.<br>Определяют цель возрождения Олимпийских игр.<br>Определяют темпы своего роста.<br>Раскрывают понятие здорового образа жизни.<br>Выполняют самоконтроль.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 1.2   | Спортивные игры                     | 18           | Изучают историю баскетбола.<br>Овладевают основными приемами игры в баскетбол.<br>Описывают технику изучаемых игровых приемов.<br>Соблюдают правила безопасности.<br>Самостоятельно устраняют типичные ошибки.<br>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов.<br>Моделируют технику освоенных действий и приемов.<br>Изучают историю волейбола.<br>Овладевают основными приемами в волейбол.<br>Описывают технику изучаемых приемов, осваивают их самостоятельно.<br>Соблюдают правила безопасности.<br>Организуют совместные занятия волейболом со сверстниками, осуществляют судейство игры.<br>Определяют степень утомления.<br>Овладевают терминологией. |

|     |                                    |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----|------------------------------------|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                                    |    | Объясняют правила и основы организации игры.<br>Осуществляют самоконтроль.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 1.3 | Гимнастика с элементами акробатики | 18 | Различают строевые команды, четко выполняют строевые приемы.<br>Составляют комбинации из разучиваемых упражнений.<br>Описывают технику акробатических упражнений.<br>Составляют комбинаций из числа разучиваемых упражнений.<br>Используют упражнения для развития координационных, силовых способностей, гибкости.<br>Раскрывают значение гимнастических упражнений.<br>Используют разучиваемых упражнения самостоятельных занятиях.<br>Осуществляют самоконтроль. |
| 1.4 | Легкая атлетика                    | 21 | Изучают историю легкой атлетики<br>Описывают технику беговых, прыжковых упражнений, метание мяча, осваивают ее самостоятельно.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 1.5 | Лыжная подготовка                  | 18 | Описывают технику изучаемых лыжных ходов, описывают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов, соблюдают правила безопасности.<br>Моделируют технику освоенных лыжных ходов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе прохождения дистанций.                                                                                    |
| 1.6 | Элементы единоборств               | -  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 2   | Вариативная часть                  | 27 | Взаимодействуют со сверстниками в процессе соревнований                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

#### 7 класс

| № п/п | Вид программного материала          | Кол-во часов | Характеристика видов деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------|-------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Базовая часть                       | 81           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 1.1   | Основы знаний о физической культуре |              | Раскрывают историю возникновения физической культуры.<br>Определяют цель возрождения Олимпийских игр.<br>Определяют темпы своего роста.<br>Раскрывают понятие здорового образа жизни.<br>Выполняют самоконтроль.                                                                                                                                                                             |
| 1.2   | Спортивные игры                     | 18           | Изучают историю баскетбола.<br>Овладевают основными приемами игры в баскетбол.<br>Описывают технику изучаемых игровых приемов.<br>Соблюдают правила безопасности.<br>Самостоятельно устраняют типичные ошибки.<br>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов.<br>Моделируют технику освоенных действий и приемов.<br>Изучают историю волейбола. |

|     |                                    |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----|------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                                    |    | <p>Овладевают основными приемами в волейбол.</p> <p>Описывают технику изучаемых приемов, осваивают их самостоятельно.</p> <p>Соблюдают правила безопасности.</p> <p>Организируют совместные занятия волейболом со сверстниками, осуществляют судейство игры.</p> <p>Определяют степень утомления.</p> <p>Овладевают терминологией.</p> <p>Объясняют правила и основы организации игры.</p> <p>Осуществляют самоконтроль.</p>                                                                              |
| 1.3 | Гимнастика с элементами акробатики | 18 | <p>Различают строевые команды, четко выполняют строевые приемы.</p> <p>Составляют комбинации из разучиваемых упражнений.</p> <p>Описывают технику акробатических упражнений.</p> <p>Составляют комбинаций из числа разучиваемых упражнений.</p> <p>Используют упражнения для развития координационных, силовых способностей, гибкости.</p> <p>Раскрывают значение гимнастических упражнений.</p> <p>Используют разучиваемые упражнения на самостоятельных занятиях.</p> <p>Осуществляют самоконтроль.</p> |
| 1.4 | Легкая атлетика                    | 21 | <p>Изучают историю легкой атлетики</p> <p>Описывают технику беговых, прыжковых упражнений, метание мяча, осваивают ее самостоятельно.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 1.5 | Лыжная подготовка                  | 18 | <p>Описывают технику изучаемых лыжных ходов, описывают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Моделируют технику освоенных лыжных ходов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе прохождения дистанций.</p>                                                                                                               |
| 1.6 | Элементы единоборств               | 6  | <p>Описывают технику выполнение приемов осваивают самостоятельно, выявляют ошибки.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 2   | Вариативная часть                  | 21 | <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе соревнований</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |