

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

Система физического воспитания создаёт максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, духовных способностей ребенка, но и для его успешной социализации в обществе. В этой связи в основе принципов развития системы физического воспитания в гимназии лежат идеи развития личностного и системно-деятельностного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека, содержат следующие сведения: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит знания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

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» 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	35	2	70
6	35	2	70
7	35	2	70
8	35	2	70
9	34	2	68