

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС и на основе «Примерной программы по учебным предметам» (физическая культура 5-11 классы) и рабочей программы В.И.Ляха, А.П.Матвеева на основе Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы В.И.Лях, А.А.Зданевич, М. Просвещение 2011 г.

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в средней школе, в 5-11 классах на его преподавание отводится 3 часа в неделю (всего 102 часа в год). Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. №889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Целью рабочей программы является 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.

Задачи физического воспитания учащихся 5-11 классов направлены:

- на содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам;
- на расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- на дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- на формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
- на углубленное представление об основных видах спорта;
- на закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- на формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции.

В связи со спецификой преподавания уроков физкультуры в зале, с недооснащением общеобразовательного учреждения согласно требованиям к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных программ федерального компонента государственного стандарта общего образования невозможна реализация стандарта общего образования и программы в полном объёме по разделам: гимнастика (упражнения на параллельных брусьях). В связи с перечисленными причинами, используя время, отведенное на вариативную часть, раздел гимнастики дополнен элементами акробатики.

Рабочая программа обеспечена соответствующим программно учебно-методическим комплексом:

учебник: Физическая культура 5-11 классы. В.И.Лях, А.А. Зданевич. М. Просвещение, 2011г.

методические рекомендации:

комплексная программа физического воспитания 1-11 классы, В.И Лях, А.А.Зданевич, М., Просвещение, 2011г.

Рабочая программа рассчитана на: 102 часа (5-11 классы) в год при трехразовых занятиях в неделю