

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 5-9 КЛАСС - АННОТАЦИЯ К РАБОЧИМ ПРОГРАММАМ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ СОСТАВЛЕНА НА ОСНОВЕ:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.
- Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования, в 2026-2027 учебном году;
- Рабочей программы воспитания МБОУ гимназии №1 на 2026-2027 учебный год;
- Календарного учебного графика работы МБОУ гимназии №1 на 2026-2027 учебный год;
- Учебного плана МБОУ гимназии №1 на 2026-2027 учебный год.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.

Изучение предмета «Физическая культура» должно обеспечить:

- физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;
- формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;
- развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях;
- установление связей между жизненным опытом обучающихся и знаниями из разных предметных областей.

На изучение физической культуры на уровне основного общего образования **ОТВОДИТСЯ** -340 часов: 5 класс- 2 часа в неделю - 68 часов, 6 класс- 2 часа в неделю - 68 часов., 7 класс- 2 часа в неделю - 68 часов, 8 класс- 2 часа в неделю - 68 часов, 9 класс- 2 часа в неделю - 68 часов.

СОДЕРЖАНИЕ:

5 класс

- Знания о физической культуре -3 ч
- Способы самостоятельной деятельности -4 ч
- Физкультурно-оздоровительная деятельность -4 ч
- Спортивно-оздоровительная деятельность– 56
 - Гимнастика (модуль "Гимнастика") -7 ч
 - Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")- 6 ч
 - Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") -10 ч
 - Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")- 8 ч
 - Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") -8 ч
 - Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") -17 ч

6 а класс

- Знания о физической культуре -2 ч
- Способы самостоятельной деятельности -3 ч
- Физкультурно-оздоровительная деятельность -2 ч
- Спортивно-оздоровительная деятельность –60
 - Гимнастика (модуль "Гимнастика") -10 ч
 - Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")- 7 ч
 - Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") -10 ч
 - Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")- 8 ч
 - Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") -6 ч
 - Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") -19 ч

6 б класс

- Знания о физической культуре -2 ч
- Способы самостоятельной деятельности -3 ч
- Физкультурно-оздоровительная деятельность -2 ч
- Спортивно-оздоровительная деятельность –61
 - Гимнастика (модуль "Гимнастика") -10 ч
 - Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")- 7 ч
 - Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") -10 ч
 - Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")- 8 ч
 - Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") -6 ч
 - Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") -20 ч

7 а, б класс

- Знания о физической культуре -2 ч
- Способы самостоятельной деятельности -3 ч
- Физкультурно-оздоровительная деятельность -2 ч
- Спортивно-оздоровительная деятельность – 60
 - Гимнастика (модуль "Гимнастика") -10 ч
 - Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")- 7 ч
 - Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") -10 ч
 - Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")- 8 ч
 - Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") -6 ч
 - Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") -19 ч

8 а,бкласс:

- Знания о физической культуре -2 ч
- Способы самостоятельной деятельности -3 ч
- Физкультурно-оздоровительная деятельность -2 ч
- Спортивно-оздоровительная деятельность – 61
 - Гимнастика (модуль "Гимнастика") -8 ч
 - Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")- 10 ч
 - Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") -8 ч
 - Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")- 8 ч
 - Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") -6 ч

- Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") -21 ч

9 а класс

- Знания о физической культуре -2 ч
- Способы самостоятельной деятельности -3 ч
- Физкультурно-оздоровительная деятельность -3 ч
- Спортивно-оздоровительная деятельность – 59
 - Гимнастика (модуль "Гимнастика") -7 ч
 - Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")- 10 ч
 - Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") -7 ч
 - Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")- 8 ч
 - Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") -6 ч
 - Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") -21 ч

9 б класс

- Знания о физической культуре -2 ч
- Способы самостоятельной деятельности -3 ч
- Физкультурно-оздоровительная деятельность -3 ч
- Спортивно-оздоровительная деятельность – 58
 - Гимнастика (модуль "Гимнастика") -7 ч
 - Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")- 10 ч
 - Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") -7 ч
 - Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")- 8 ч
 - Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") -6 ч
 - Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") -20 ч

ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Важной особенностью образовательного процесса в гимназии является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончании основной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному базовому уровню достижения планируемых результатов. По окончании основной школы учащийся сдает дифференцированный зачет.

ДЕМОНСТРИРОВАТЬ

Физическая способность	Физические упражнения	Юноши	Девушки
1	2	3	4
Скоростные	Бег – 60 м.	9.2	10.2
Силовые	Подтягивания в висе на высокой перекладине, количество раз	10	-
	Подтягивания из виса, лежа на низкой перекладине, количество раз	—	14

	Прыжок в длину с места, см	180	165
К выносливости	Бег 2000 м, мин	8.50	10,20