

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, примерной основной образовательной программы основного общего образования, на основе авторской программы: «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов» В.И. Ляха, (М.: Просвещение, 2020 год).

Для прохождения программы в учебном процессе можно использовать учебник: В.И. Лях Физическая культура 5-7 кл. и 8-9 кл.: Учебники для образовательных организаций. Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации. 11-е издание, М.: Просвещение 2021 г.

В соответствии с основной образовательной программой школы ФГОС ООО, по физической культуре 5-9 классы (уровень) рассчитана на 340 часов за 5 лет обучения в 5-9 классе: 5 класс-102 часов, 6 класс-68 часов, 7 класс-68 часов, 8 класс-68 часов, 9 класс-68 часов, 2 часа в неделю; всего 374 часф за 5 лет обучения.

I Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» (базовый уровень)

Базовым результатом образования в области физической культуры в основной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе основного образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Курс «Физическая культура» позволяет системно решать задачи формирования всего комплекса универсальных учебных действий, обозначенных как приоритетные во ФГОС ООО.

Универсальные учебные действия формируются на уроках физической культуры на доступном для ребенка и осознанном уровне. Дело в том, что в процессе занятий физической культурой все универсальные учебные действия (в т.ч. контроль, коррекция, оценка, коммуникация и пр.) реализуются на наиболее близком и естественном для ребенка материале

- на материале его собственной двигательной активности. А будучи приобретенными и закрепленными на занятиях физкультурой, УУД могут существенно влиять на продуктивное освоение других предметных областей.

На развитие личностных универсальных учебных действий, в частности на формирование мотивации учебной деятельности в процессе учебных занятий, направлены задания, развивающие потребность ребенка в социально значимой и социально оцениваемой деятельности.

В программе курса создаются методические условия, способствующие развитию регулятивных универсальных учебных действий среднего звена, включая планирование, прогнозирование и контроль способа и результата действий. На протяжении всех лет обучения в основной школе учащиеся организуют двигательную активность с учетом требований безопасности, правил выполнения того или иного упражнения.

Выработка таких регулятивных УУД, как контроль и коррекция, обеспечивается системой разноуровневых заданий, которые развивают контроль как на самом элементарном уровне сличения действия с эталоном, так и на более сложном уровне.

На выработку навыка систематического и комплексного контроля направлена система заданий по наблюдению за физическим развитием каждого ученика. Заполнение дневника наблюдений в его простейшей форме под силу каждому учащемуся, а навык наблюдения и контроля своего развития очень важен и может быть перенесен в любую сферу.

Тесно связано в программе курса с действиями контроля и коррекции действие оценки. Его формирование происходит на материале заданий, в которых внимание ребенка обращается на результаты выполнения упражнений.

Несмотря на специфичность той предметной области, которой посвящен курс физической культуры, на его основе можно успешно формировать познавательные универсальные учебные действия. Например, навыки поиска и выделения необходимой информации формируются заданиями типа: «Как нужно бегать, чтобы развивалась выносливость? Прочти об этом в § 6»; «Найди в учебнике сведения о развитии спорта в Древней Греции и Олимпийских игр» и т.п.

Материалы и задания учебника представляют возможность для выработки умений использовать условные обозначения, преобразовывать информацию разного вида (словесную, графическую), а также соотносить эту информацию с собственными действиями. Читая описание упражнений и отдельных движений, ребенок ориентируется также и на рисунки, расположенные на странице, и, таким образом, соотносит свои действия не только со словесным описанием, но и с рисунком или схемой. У учащегося среднего звена вырабатывается и навык считывания информации с разных по степени условности изображений (в учебнике встречаются как рисунки, близкие к реалистическому изображению, так и

схемы), а при составлении графиков изменения своего роста и веса, заполнении таблицы достижений в дневнике наблюдений он учится обрабатывать и представлять информацию в иной знаковой форме.

На уроках физкультуры в процессе игр, соревнований, в процессе обсуждения результатов выполнения тех или иных упражнений происходит активная коммуникация. Коммуникативные универсальные учебные действия наиболее активно развиваются в командных спортивных играх. На основе заданий, в которых те или иные суждения должны рождаться у учащихся в процессе коммуникации (или своего рода имитации коммуникации), вырабатывается умение выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, умение строить конструктивный диалог.

Разработка упражнений разной степени сложности дополняется дифференцированным подбором двигательных действий и варьированием физической нагрузки ребенка. В физическом воспитании принято последовательно изменять направленность физического воспитания в соответствии с периодами возрастного развития организма школьника, а также строить занятия на основе цикличности: микроциклы (недельные), мезоциклы (месячные) и макроциклы (годовые). Необходимо следить, чтобы суммарная нагрузка, используемая в процессе физического воспитания, была такой, чтобы ее применение не вызывало негативных отклонений в здоровье каждого ребенка.