МКОУ «Кайсацкая СШ»

рассмотрена	согласована	утверждена
на заседании учителей естественно-математического цикла руководитель МО Губернаторова Г.В. протокол№ от	Алёшина А.В. 26.08.2022	Директор школы Макарова О.П 26.08.2022г

Рабочие программы
по физической культуре
для 6 -7 классов
на 2022 – 2023 уч. год

учитель Мулдагалиев А.Ш.

2022 г.

Пояснительная записка – 7 класс.

Рабочая программа по физической культуре составлено на основе Физическая культура.

Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И.Ляха. 5-9 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В.И.Лях. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2020

Учебник Физическая культура. 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / [М.Я.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова и др.]; под ред. М.Я.Виленского. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2015

Физическая культура. Методические рекомендации. 5-7 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / М.Я.Виленский, В.Т.Чичикин, Т.Ю.Торочкова; под ред. М.Я.Виленского. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014

Физическая культура. Методические рекомендации. 8-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В.И.Лях. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2015

Образовательной программы по физической культуре 7 класса в МКОУ « Кайсацкая СШ», разработана в соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, предусмотренным федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования нового поколения.

Всего **102** часа; в неделю **3** часа. В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в средней школе, на его преподавание отводится 102 часа в год. Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Реализация данных целей связана с решением следующих образовательных задач:

 укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия: содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;

 овладение школой движения;

 развитие двигательных способностей;

 выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

 приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

 содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Оздоровительные задачи:

 формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;

Воспитательные задачи:

 воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений;

 содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

При составлении данной рабочей программы
были учтены требования официальных нормативных документов:

 Закона «Об образовании» (в редакции Федеральных законов от 05.03.2004 г. № 9-ФЗ);
 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ;
 Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г.№751;
 Обязательный минимум содержания среднего (полного) образования. Приказ МО РФ от 19.05.1998г. № 1235;
 Стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение Правительства РФ от 07.08.2009г. №1101-р;
 О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобнауки РФ от 29.03.2010 г. № 06-499;
 О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015 г.г. Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.

Содержание программного материала состоит из двух основных частей:

Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

Вариативная (дифференцированная) часть физической культуры обусловлена необходимостью учѐта индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школ.

Темы раздела единоборства изучаются в разделе «Гимнастика», часы , отведенные на раздел единоборства переносятся на раздел «Легкая атлетика», «Гимнастика». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу, гимнастике.

Для прохождения теоретических сведений можно выделять время , как в процессе уроков, так и один час урочного времени в каждой четверти.

Оценка успеваемости по физической культуре в 7 классах производится на общих основаниях и включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА

Предметом образования в области физической культуры является двигательная (физкультурная) деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается в 7, классе из расчѐта 3 ч в неделю. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введѐн 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».

3. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 7 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

Освоение социальных норм, правил поведения, ролей социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 30 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 10 мин (мальчики) и до 8 мин (девочки);
- в метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч с места и с разбега; метать малый мяч с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10- 15 м;
- в гимнастических и акробатических упражнениях: опорный прыжок через козла в длину (мальчики) и в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из шести элементов, комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов выполнять акробатическую комбинацию из двух элементов, включающую кувырки вперѐд и назад, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперѐд и назад в полушпагат, «мост с помощью» (девочки);
- в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощѐнным правилам);
-владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе.

Метапредметные результаты

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

Предметные результаты

понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
Аттестация учащихся, проводится согласно Устава школы по четвертям, а годовая оценка выводится на основе четвертных оценок.