

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### К рабочей программе по физической культуре

#### для учащихся 5-9 классов

Физическая культура – важное средство в системе образования и воспитания подрастающего поколения, в формировании здорового образа жизни, организации отдыха и труда, восстановления и развитии телесных и духовных сил.

Трудно переоценить значение физического воспитания, без которого невозможно разностороннее развитие личности.

**Цель физического воспитания** – содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры ребенка, усвоению сочетания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью и формированием основ здорового образа жизни.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- *дать детям радость движения и на этой основе развить и закрепить у них интерес к физкультурным и спортивным занятиям;*
- *способствовать укреплению здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей организма;*
- *обучить школьников доступных их возрасту физкультурным знаниям, двигательным умениям и навыкам, составляющих школу движения;*
- *добиться разносторонней физической подготовленности и правильного физического развития учащихся;*
- *сформировать у детей элементарные знания о личной гигиене, режиме дня и полезных привычках;*
- *способствовать оздоровлению учащихся и повышать их умственную и физическую способность;*

- *совершенствовать жизненно важные умения и навыки посредством обучения физическим упражнениям, подвижным играми техническим действиям из базовых видов спорта;*
- *выявлять предрасположенность к тем или иным видам физкультурной или спортивной деятельности;*
- *приобщать к самостоятельным знаниям физкультурой и спортом, различным формам активного отдыха и досуга на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности;*
- *обучать простейшим способам контроля самочувствия, объемом физической нагрузки, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности;*
- *способствовать гармоничному развитию, нравственному воспитанию ребенка, формированию и закреплению в процессе физкультурных и спортивных занятий положительных черт характера, определяющих дальнейшее становление его личности.*

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

*Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего развития взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов : литературы, истории, математики, анатомии, психологии и т.д.*

Учебная программа по предмету ( Физическая культура) обеспечивает достижение планируемых результатов основной образовательной программы по предметной области (Физическая культура) и является основой для составления рабочей программы.

Рабочая программа по физической культуре для учащихся 5-9 классов разработана на основе **(Комплексной программы физического воспитания учащихся 1 -11 классов) (В.И. Лях А.А. Зданевич- М.:Просвещение,2008).** Программа предполагает комплексный подход к формированию физических и духовных качеств ученика, нацелена на содействие формированию разносторонне развитой личности, как этого требует новый Федеральный государственный образовательный стандарт. Основным средством достижения этой цели является овладение школьниками основами личной физической культуры, слагаемыми которой можно считать крепкое здоровье, хорошее физическое развитие , совокупность потребностей, мотивов, знаний и умения осуществлять двигательную , физкультуру и спортивную деятельность.

Содержание программного материала уроков физкультуры состоит из двух основных частей: базовой и дифференцированной (вариативной). Базовый компонент составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры. Дифференцированная (вариативная) часть физической культуры обусловлена необходимостью учета индивидуальных способностей детей и местных особенностей работы школы.

В данной рабочей программе реализован принцип вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с возрастными- половыми особенностями учащихся и материально- техническим оснащением учебного процесса ( спортивные залы, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн). Базовая часть программного материала в соответствии с федеральным компонентом учебного плана представлена следующими разделами: «Основы знаний», «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», « Подвижные игры», «Лыжная подготовка».

Вариативная часть в 1 и 4 четвертях представлена спортивными играми; во 2 и 3 четвертях – плаванием, так как наличие бассейна в общеобразовательном учреждении предоставляет такую возможность.

