

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Статус программы

Образовательная программа (далее Программа) по физической культуре основного общего образования МБОУ СОШ №3 р.п. Сосновоборск составлена на основе Примерной программы по физической культуре основного общего образования.

Структура документа

Программа включает три раздела: *пояснительную записку; основное содержание с примерным распределением учебных часов по разделам курса; требования* к уровню подготовки выпускников.

Общая характеристика учебного предмета

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. В соответствии со структурой двигательной деятельности, учебный предмет физической культуры структурируется по трем основным разделам: знания (информационный компонент деятельности), физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности) и способы деятельности (операциональный компонент деятельности).

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В соответствии с этим, Примерная программа основного общего образования своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических целей:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Место предмета в учебном плане МБОУ СОШ №3 р.п. Сосновоборск

Учебный план для МБОУ СОШ №3 р.п. Сосновоборск отводит по 3 часа в неделю, 522 часа для обязательного изучения учебного предмета «Физическая культура» на этапе основного общего образования с V по IX классы, причем 3-ий час физической культуры представлен курсом «Ритмика».

Физическая культура- 348 часов

Ритмика – 174 часа

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

(522 час)

Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе урока)

Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности. Здоровый образ жизни человека, роль и значение занятий физической культурой в его формировании.