

**Аннотация к рабочей программе
по Общей физической подготовке (ОФП)
(5-7 классы)**

Рабочая программа по Общей физической подготовке (ОФП) составлена на основе рабочей программы по физической культуре на уровне основного общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной программе воспитания.

Рабочая программа ориентирована на учебник В.И. Лях. Физическая культура. 5 - 9 классы. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха., М.Я. Виленского. Изд. 7-е. Серия «Физическое воспитание» - М: «Просвещение» 2019.

Общий объём часов, отведённых на изучение учебной дисциплины «Физическая культура» в основной школе составляет 170 часов (два часа в неделю в каждом классе). 5 класс — 34 ч; 6 класс — 34 ч; 7 класс — 34 ч.

Цели изучения учебного предмета «Физическая культура» является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Основные задачи: Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Вариативные модули объединены модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта,

современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы 5 класс

№	Раздел	Количество часов
Раздел 1. Знания о физической культуре.		
1	Знания о физической культуре.	В содержании урока
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура		
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	В течение урока
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	24
2.3	Спортивные игры.	В течение урока
2.4	Подвижные игры	В течение урока
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	10
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34

Содержание программы 6 класс

№	Раздел	Количество часов
Раздел 1. Знания о физической культуре.		
1	Знания о физической культуре.	В содержании урока
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура		
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	В течение урока
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	22
2.3	Спортивные игры.	В течение урока
2.4	Подвижные игры	В течение урока
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	12
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34

Содержание программы 7 класс

№	Раздел	Количество часов
Раздел 1. Знания о физической культуре.		
1	Знания о физической культуре.	В содержании урока
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура		
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	В течение урока
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	20
2.3	Спортивные игры.	В течение урока
2.4	Подвижные игры	В течение урока
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	14
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34

Программа рассмотрена на заседании ШМО учителей физической культуры и ОБЖ (протокол №1 от 29.08.2023г., принята на заседании педагогического совета (протокол от 30.08.2023г., 317) и утверждена приказом директора школы от 30.08.2023г № 225-0.