

## Аннотация к рабочим программам по физической культуре

### 5 - 9 классы

<p>Нормативно-методические материалы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Федеральный государственный образовательный стандарт;</li> <li>• примерная программа по физической культуре основного общего образования</li> <li>• «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича М.: Просвещение, 2014;</li> <li>• федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2017 - 2018 учебный год;</li> <li>• требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального государственного образовательного стандарта</li> </ul>
<p>Реализуемый УМК</p>	<p>Виленский М.Я., Туревский И.М. и др. Физическая культура 5-7 кл. Просвещение, 2014. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 8-9 кл. М.: Просвещение, 2016.</p>
<p>Цели и задачи изучения предмета</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>развитие</b> основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;</li> <li>• <b>формирование</b> культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;</li> <li>• <b>воспитание</b> устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;</li> <li>• <b>освоение</b> знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.</li> </ul>
<p>Срок реализации программы</p>	<p>5 лет</p>
<p>Место учебного предмета в учебном плане</p>	<p>5 класс - 68 часов (2 часа в неделю) 6 класс - 68 часов (2 часа в неделю) 7 класс - 68 часов (2 часа в неделю) 8 класс - 68 часов (2 часа в неделю) 9 класс - 68 часов (2 часа в неделю)</p>
<p>Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)</p>	<p><b>Выпускник, освоивший основную образовательную программу основного общего образования научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• определять роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;</li> <li>• основам формирования двигательных действий и развития физических качеств;</li> <li>• закаливанию организма и основным приемам самомассажа;</li> <li>• составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных</li> </ul>

	<p>особенностей организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;</li> <li>• выполнять комплексы ОРУ на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;</li> <li>• осуществлять наблюдение за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;</li> <li>• соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов</li> <li>• осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;</li> </ul> <p><b>Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;</li> <li>• включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.</li> </ul>
--	---

10 -11 классы

<p>Нормативно-методические материалы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Федеральный государственный образовательный стандарт.</li> <li>• примерная программа по физической культуре основного общего образования</li> <li>• «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича М.: Просвещение, 2012;</li> <li>• федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования; Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2017 - 2018 учебный год;</li> <li>• требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального государственного образовательного стандарта.</li> </ul>
<p>Реализуемый УМК '</p>	<p>Базовый уровень 10 – 11 кл. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура М.: Просвещение, 2014</p>
<p>Цели и задачи изучения предмета</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>развитие</b> физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;</li> <li>• <b>воспитание</b> бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>• <b>овладение</b> технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение</li> </ul>

	<p>индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>освоение</b> системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;</li> <li>• <b>приобретение</b> компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.</li> </ul>
Срок реализации программы	2 года
Место учебного предмета в учебном плане	10 класс – 102 часа (3 часа в неделю) 11 класс – 102 часа (3 часа в неделю)
Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)	<p><b>Выпускник, освоивший основную образовательную программу среднего общего образования научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;</li> <li>• способам контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</li> <li>• правилам и способам планирования индивидуальных занятий различной направленности;</li> <li>• выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной ( лечебной ) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;</li> <li>• выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;</li> <li>• преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;</li> <li>• выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;</li> <li>• осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;</li> </ul> <p><b>Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья;</li> <li>• подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;</li> <li>• организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в спортивных массовых соревнованиях;</li> <li>• активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни</li> </ul>