**Аннотация к рабочим программам по физической культуре**

5 - 9 **классы**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно-методические материалы | * Федеральный компонент государственного образовательного стандарта. 2004 года; * примерная программа по физической культуре основного общего образования * «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012; * федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2015 - 2016 учебный год; * базисный учебный план 2004 года; * требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального компонента государственного стандарта |
| Реализуемый УМК | Виленский М.Я., Туревский И.М. и др. Физическая культура 5-7 кл. Просвещение, 2011-2014.  Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 8-9 кл. М.: Просвещение, 2011-2014. |
| Цели и задачи  изучения  предмета | * **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; * **воспитание** устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; * **освоение** знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни. |
| Срок реализациипрограммы | 5 лет |
| Место учебного предмета в учебном плане | 5 класс - 102 часа (3 часа в неделю)  6 класс - 102 часа (3 часа в неделю)  7 класс - 102 часа (3 часа в неделю)  8 класс - 102 часа (3 часа в неделю)  9 класс - 102 часа (3 часа в неделю) |
| Результаты  освоения  учебного  предмета  (требования к  выпускнику) | **Знать/понимать**:   * роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек; * основы формирования двигательных действий и развития физических качеств; * способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;   **Уметь:**   * составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма; * выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх; * выполнять комплексы ОРУ на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; * осуществлять наблюдение за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью,  контроль за техникой выполнения  двигательных действий и режимом физической нагрузки; * соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов * осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;   **Использовать приобретённые знания и умения в** **практической деятельности и повседневной жизни для:**   * проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений; * включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг. |

10 -11 **классы**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно-методические материалы | * Федеральный компонент государственного образовательного стандарта. 2004 года; * примерная программа по физической культуре основного общего образования * «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012; * федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования; Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2015 - 2016 учебный год; * базисный учебный план 2004 года; * требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального компонента государственного стандарта. |
| Реализуемый УМК ' | Базовый уровень  10 – 11 кл. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура М.: Просвещение, 2014 |
| Цели и задачи  изучения  предмета | * **развитие** физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья; * **воспитание** бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью; * **овладение** технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта; * **освоение** системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций; * **приобретение** компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями. |
| Срок реализациипрограммы | 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) | **Знать/понимать**:   * влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; * способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; * правила и способы планирования индивидуальных занятий различной направленности;   **Уметь:**   * выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной ( лечебной ) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы  упражнений атлетической гимнастики; * выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; * преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; * выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; * осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;   **Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**   * повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья; * подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; * организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в спортивных массовых соревнованиях; * активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни |