

## Аннотация к рабочим программам по физической культуре 5-9 классы

### 1. Основа для составления программы

Рабочая программа составлена на основе программы общеобразовательных учреждений «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» (автор В.И. Лях, А.А. Зданевич) М. Издательство «Просвещение», 2012г. с использованием учебно – методического комплекса: Виленский М.Я., Туревский И.М. Физическая культура. 5-7 классы. М.:Просвещение, 2017 г.;Лях В.И. Физическая культура. 8-9 классы. М.: Просвещение, 2017.

### 2. Место учебного предмета в базисном учебном плане ОУ.

Количество часов по учебному плану МОУ СОШ с. Тростянка :

Класс	Количество часов по учебному плану ( в неделю)	всего
5-9	3	102

### 3. Цель и задачи изучения предмета.

Программой предусмотрено выполнение федерального компонента Государственного стандарта общего образования.

**Цель курса:** содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

**Достижение цели физического воспитания в 5-9 классе обеспечивается решением следующих основных задач направленных на:**

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

### 4. Основные разделы программы.

Основные разделы программы: Легкая атлетика. Спортивные игры. Гимнастика с элементами акробатики. Лыжная подготовка.

5. Основные образовательные технологии (указать все технологии, применяющиеся педагогами).

<b>Технология</b>	<b>Результат применения.</b>
<b>Информационно-коммуникативные технологии</b>	Использование электронных версий тестов и заданий, презентаций. Использование Интернет-ресурсов на уроках и во внеурочной деятельности.
<b>Здоровьесберегающие технологии и методики</b>	Сохранение и укрепление здоровья обучающихся при организации учебного процесса. Участие обучающихся в конкурсах и в социально-значимых проектах, направленных на формирование здорового образа жизни и основ безопасной жизнедеятельности.
<b>Технология игрового обучения.</b>	Активизация деятельности учащихся. Увеличение накопляемости оценок. Отработка коммуникативного аспекта. Организация внеклассной деятельности учащихся по предмету.
<b>Обучение в сотрудничестве</b>	Развитие коммуникативных навыков, взаимответственности, способности обучаться в силу собственных возможностей при поддержке товарищей
<b>Технология проблемного обучения.</b>	Использование полученных навыков организации самостоятельной работы для получения новых знаний из разных источников информации.

6. Требования к результатам освоения

В результате освоения физической культуры основной школы должен:

**Знать/понимать:**

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики 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 (комбинации), технические действия спортивных игр;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;

**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

7. Форма контроля:

**Форма контроля:** контроль за физической подготовленностью обучающихся проводится два раза в учебном году.

8. УМК

Виленский М.Я., Туревский И.М. Физическая культура. 5-7 классы. М.:Просвещение, 2017 г.;Лях В.И. Физическая культура. 8-9 классы. М.: Просвещение, 2017.

9. Составитель (ФИО педагогов)

Объедков Р.Г



