

**Аннотация к рабочей программе основного общего образования
по физической культуре для 5-9 классов
(Федеральный компонент учебного плана)**

<p>Нормативно-методические материалы</p>	<p>- Федеральный государственный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897.), /Минобрнауки РФ. - М.: Просвещение, 2011. - 48 с. - (Стандарты второго поколения) - ООП ООО МБОУ «СОШ № 65»; - Федеральный перечень учебников на 2014/2015 учебный год. (Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федеральных перечней учебников рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях)</p>
<p>Реализуемый УМК</p>	<p>Рабочая программа по физической культуре для 5-9 классов. Учебники: 5-7 класс 1.Виленский, М. Я. «Физическая культура», 5-7 классы. / М. Я Виленский И.М. Туревский. - Москва. Просвещение. 2011 8-9 класс 1.Лях, В.И. Физическая культура.8-9 классы: учеб. Для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях А.А. Зданевич; под ред. В.И. Ляха. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 207 с.: ил.</p>
<p>Цели и задачи изучения предмета</p>	<p>Цель <i>школьного образования по физической культуре</i> – 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 основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.</p> <p>Образовательный процесс в области физической культуры в основной школе строится так, чтобы были решены следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма; – формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта; – освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; – обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; – воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности. <p>Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая Программа в своем предметном содержании направлена на:</p> <ul style="list-style-type: none"> – реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом

	<p>учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);</p> <ul style="list-style-type: none"> – реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся; – соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности; – расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов; – усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, при самостоятельных занятиях физическими упражнениями
Срок реализации программы	5 лет
Место учебного предмета в учебном плане	В соответствии с учебным планом МБОУ «СОШ № 65» предмет «Физическая культура» изучается в 5 -9 классе по 3 часа в неделю - 34 учебных недели (102 ч. в год). Всего 510 часов
Планируемые результаты изучения программы	<p>Выпускник научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> • рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе; • характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек; • понимать определения допинга, основ антидопинговых правил и концепции честного спорта, осознавать последствия допинга; • определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств; • разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели; • руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; • руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями. <p>Выпускник получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр; • характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу

Российскому спорту;

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

выпускник научится:

- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действия, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы,

	<p>демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);</p> <ul style="list-style-type: none">• выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;• выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;• выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;• выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;• выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств. <p>Выпускник получит возможность:</p> <ul style="list-style-type: none">• выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;• преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;• осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;• выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.
--	---