

**Аннотация к рабочим программам по физической культуре
для 5-9 классов**

<p>Нормативно-методические материалы</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 №1897 (ред. от 31.12.2015) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 01.02.2011 N 19644).</u> и комплексная программа физического воспитания учащихся доктора педагогических наук В.И. Ляха, кандидата педагогических наук А.А. Зданевича / авт.- сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. – Изд.2-е.-Волгоград : Учитель, 2014.-171 с.
<p>Реализуемый УМК</p>	<p>Физическая культура. 5 - 9 класс. Учебник для общеобразоват. учреждения./ под ред. В.И. Ляха.- 2-е изд .-М.: Просвещение, 2015.- 239с.</p>
<p>Цели и задачи изучения предмета</p>	<p><i>Изучение предмета «Физическая культура» среднего общего образования направлено на достижение следующих целей:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций 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.
<p>Срок реализации программ</p>	<p>5 года</p>
<p>Место учебного</p>	<p>Предмет Физическая культура относится к предметной области</p>

предмета в учебном плане	<p>Физическая культура реализуется в соответствии с учебным планом ГБОУ СОШ ж.-д. ст. Звезда.</p> <p>5 класс: 102 часа из расчета 3 часа в неделю 6 класс: 102 часа из расчета 3 часа в неделю 7 класс: 102 часа из расчета 3 часа в неделю 8 класс: 102 часов из расчета 3 часа в неделю 9 класс: 102 часа из расчета 3 часа в неделю</p>
Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)	<p><i>В результате изучения предмета Физическая культура обучающийся должен</i></p> <p>Выпускник научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основам истории развития физической культуры в России (в СССР); • особенностям развития избранного вида спорта; • педагогическим, физиологическим и психологическим основам обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью; • биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья; • физиологическим основам деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды; • возрастным особенностям развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой; • психофункциональным особенностям собственного организма; • определять индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности; • разрабатывать способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок; • руководствоваться правилами личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями. <p>Выпускник получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; • проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения • разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный

	<p>уровень индивидуальной работоспособности;</p> <ul style="list-style-type: none">• контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;• управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;• соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;• пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.
--	--