Аннотация к рабочим программам по по физической культуре 5-11 классов

1. Рабочая программа по физической культуре 5-11 классов составлена на основе учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич.- М.: Просвещение, 2007) и является частью Федерального учебного плана для образовательных учреждений Российской Федерации, программа для 5 класса соответствует ФГОС.

Для прохождения учебной программы в учебном процессе обучения предлагается использовать учебники :

 Мейксон Г.Б., Любомирский Л.Е., Лях В.И., Физическая культура: учебник для учащихся 5-6-7 классов.- М.: Просвещение, 2001

Лях В.И., Физическое воспитание учащихся 4, 5, 6 классов.- М., 1997

Физическая культура: 10-11 классы / под ред. В. И. Ляха. – М: Просвещение, 2008

 **Общая характеристика учебного предмета**

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится 102 часа в год. В соответствии с приказом Министерства образования и науки РФ в 2011 году в объём недельной учебной нагрузки школы введен третий час физической культуры.

Введение третьего часа физической культуры в учебные планы продиктовано объективной необходимостью повышения роли физической культуры в воспитании современных школьников, укреплении их здоровья, увеличения объёма двигательной активности обучающихся, Развития их физических качеств и совершенствования физической подготовленности, привития навыков здорового образа жизни.

 5 класс с этого учебного года занимается по программе в соответствии с ФГОС, что предусмотрено в рабочей программе.

**ЗАДАЧИ:**

Оздоровительные :

·       Укрепление здоровья.

·        Содействие нормальному физическому развитию.

·       Расширение функциональных возможностей организма.

Образовательные:

·       Развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей

·       Обучение жизненно важным двигательным умениям  и навыкам

·       Приобретение необходимых знаний в области  физической культуры и спорта.

·       Формирование знаний и способностей развития      физических качеств. Организации и проведения самостоятельных занятий общефизической и спортивной подготовкой

·       Обучение техники двигательных действий базовых видов спорта и элементам тактического взаимодействия во время соревнований

·       Развитее функциональных  возможностей  организма основных физических качеств скоростных,  силовых и скоростно-силовых   способностей с учетом возрастной динамики  полового созревания, состояния здоровья и индивидуальных темпов психофизического развития школьников.

·

            Воспитательные:

·       Воспитание потребности  и умения самостоятельно заниматься физическими  упражнениями, сознательно применять их  целях отдыха, тренировки, повышение работоспособности и укрепления здоровья.

·       *Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических  процессов и свойств личности.*

Сформированные цели и задачи  базируются  на требованиях обязательного минимума  содержания  среднего ( полного)  образования по физической культуре  и отражают основные направления   педагогического процесса  по формированию физической культуры личности, теоретическую, практическую и физическую подготовку школьников

 Распределение учебного времени прохождения программного материала

по физической культуре для 5-9 классов

*Основы знаний о физической культуре - в процессе урока*

*Спортивные игры (волейбол, футбол): 24 часов*

*Гимнастика: 24 часов*

*Лёгкая атлетика: 32 часов*

*Кроссовая подготовка: 22 часов*

 **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ**

 **ВЫПУСКНИКОВ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ**

*В результате освоения физической культуры выпускник 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.

**ЦЕЛЬ :**

Освоение основ физической деятельности с общефизической и спортивно оздоровительной направленностью.

**ЗАДАЧИ:**

*Оздоровительные :*

·       Укрепление здоровья.

·        Содействие нормальному физическому развитию.

·       Расширение функциональных возможностей организма.

*Образовательные:*

·       Развитие двигательных ( кондиционных и координационных) способностей

·       Обучение жизненно важным двигательным умениям  и навыкам

·       Приобретение необходимых знаний в области  физической культуры и спорта.

·       Формирование знаний и способностей развития      физических качеств . Организации и проведения самостоятельных занятий общефизической и спортивной подготовкой

·       Обучение техники двигательных действий базовых видов спорта и элементам тактического взаимодействия во время соревнований

·       Развитее функциональных  возможностей  организма основных физических качеств скоростных ,  силовых и скоростно-силовых   способностей с учетом возрастной динамики  полового созревания, состояния здоровья и индивидуальных темпов психофизического развития школьников.

·

*Воспитательные:*

·       Воспитание потребности  и умения самостоятельно заниматься физическими  упражнениями, сознательно применять их  целях отдыха, тренировки, повышение работоспособности и укрепления здоровья.

·       Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических  процессов и свойств личности.

Сформированные цели и задачи  базируются  на требованиях обязательного минимума  содержания  среднего ( полного)  образования по физической культуре  и отражают основные направления   педагогического процесса  по формированию физической культуры личности, теоретическую, практическую и физическую подготовку школьников

**Распределение учебного времени прохождения программного материала**

**по физической культуре в 10-11 классах**.

Основы знаний о физической культуре – в процессе урока

Спортивные игры: 24 час

Гимнастика с элементами акробатики: 24 час

Лёгкая атлетика: 32 час

Кроссовая подготовка – 22 часа