

Аннотация к рабочей программе по физической культуре (ФГОС)

Предмет – физическая культура

7-9 классы

Нормативно-методические материалы	<p align="center">Настоящая программа по физической культуре для обучающихся 5 - 9 классе составлена на основе:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Федерального закона от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».</li><li>2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010г. №1897).</li><li>3. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644 "О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. N 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования".</li><li>4. Приказа Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1577 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897.</li><li>5. Примерной основной образовательной программы основного общего образования», утвержденной Министерством образования и науки РФ (протокол от 8 апреля 2015 года №1/15)</li><li>6. Положения о рабочей программе МОАУ «Гимназия №7» (полного дня) для классов, работающих по ФГОС, утвержденного приказом №123 – ОД от 29.04.15 г.</li></ol>
Реализуемый УМК	<p>Методические и учебные пособия.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2010 г.</li><li>- В. И. Лях, Г.П. Богданов. Е. М. Лапицкая. Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы образовательных учреждений Мурманской области. Мурманский областной институт повышения квалификации работников образования; НИЦ «Пазори», 2004 г. – 106с.</li><li>- Э. Д. Днепров, А. Г. Аркадьев. Сборник нормативных документов (физическая культура). – М.: «Дрофа», 2007г.</li><li>- Г. И. Погадаев, Б. И. Мишин. Методическое пособие «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе 1-11 классы». М.: «Дрофа», 2008 г.</li><li>- Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 1998.</li><li>- Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 5-9 классов. Москва «Просвещение» 2006.</li></ul>
Цели и задачи изучения предмета	<p>Цель школьного образования по физической культуре – 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</p>

	<p>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"> <li>- Укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;</li> <li>- Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;</li> <li>- Освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;</li> <li>- Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;</li> <li>- Воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.</li> </ul> <p>На темы разделов «Физическая культура как область знаний» и «Способы (двигательной) физкультурной деятельности», «Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность» учебного курса не выделяется отдельное количество часов; они согласуются с базовыми видами спорта (раздел «Физическое совершенствование» (спортивно-оздоровительная деятельность) и сгруппированы внутри их предметного содержания для каждого класса.</p> <p>Программный материал по разделу «Физическое совершенствование (физкультурно-оздоровительная деятельность)» осваивается на уроках в ходе освоения технических навыков и умений, развития двигательных способностей в течение учебного года и включен в каждый урок по физической культуре.</p> <p>В раздел «Физическое совершенствование (спортивно – оздоровительной деятельности)» учебного курса входят темы, содержащие элементы плавания. Так как в нашей образовательной организации отсутствует бассейн, иматериально-техническая база не позволяет полноценно пройти курс плавания, поэтому часы данного вида спорта замененына баскетбол.</p>
Срок реализации программы	5 лет
Место учебного предмета в учебном плане	Базовый курс: 5-8класс- 105 часов (3час в неделю) 9 класс 102 часа (3 часа в неделю)
Планируемые результаты изучения учебного предмета	<p style="text-align: center;"><b>Планируемые результаты изучения учебного предмета</b></p> <p>Выпускник научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;</li> <li>-характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;</li> <li>-определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими</li> </ul>

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 режим 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 помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

-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 учётом 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 действий, 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 туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;

	<p>-проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.</p> <p>Физическое совершенствование</p> <p>Выпускник научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;</li> <li>-выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);</li> <li>-выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;</li> <li>-выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;</li> <li>-выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);</li> <li>-выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;</li> <li>-выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.</li> </ul> <p>Выпускник получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;</li> <li>-преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;</li> <li>-осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;</li> <li>-выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</li> </ul>
--	---