

**Аннотация к рабочей программе по предмету  
«Физическая культура»  
5-9 классы.**

Рабочая программа основного общего образования по физической культуре составлена на основе федерального компонента государственного стандарта основного общего образования, Примерной программы основного общего образования по физической культуре, с использованием Комплексной программой физического воспитания автора В. И. Ляха.

По МПЛ на курс физической культуры в 5-9 классах выделяется по 3 учебных часа в неделю. Общее число часов в 5-9 кл. составляет 525 часов.

Нормативно-правовыми актами и инструктивно-методическими документами, регламентирующими введение третьего урока физической культуры в системе образования, являются:

1. Приказ Минобрнауки России от 03 июля 2008г. «О внесении изменений в федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, утвержденный приказом Министерства образования Российской Федерации от 5 марта 2004г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования.
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2010 г. №889 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования».

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В соответствии с этим, программа основного общего образования своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических целей:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Сформулированные цели базируются на требованиях к уровню подготовки выпускников основной школы по физической культуре и отражают основные направления педагогического процесса по формированию физической культуры личности: теоретическая, практическая и физическая подготовка школьников.

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.

Демонстрировать физические скоростные, силовые физические способности, выносливость, координацию в различных рода упражнениях.

Для реализации программы используются УМК, рекомендованные к использованию в образовательном процессе в учреждениях, реализующих образовательные программы основного общего образования и имеющих государственную аккредитацию (МОиН РФ Приказ от 24.12.2010г №2080):

Важной особенностью образовательного процесса в средней школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и по мере освоения умений и навыков.

М. А. Виленский, И. М. Туревский «Физическая культура 5-6-7 классы»

В. И. Лях, А. А. Зданевич «Физическая культура 8-9 классы»