

**АННОТАЦИИ**  
**к рабочим программам учебных предметов**

<b>Учебный предмет</b>	«Физическая культура»
<b>Класс</b>	5 - 9
<b>Срок реализации</b>	5 лет
<b>Количество часов</b>	В 5 - 9 классах - 3 часов в неделю, итого по 102 часа в год. Итого: 510 часов за 5 лет обучения.
<b>Рабочая программа составлена в соответствии с:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ФГОС ООО;</li> <li>- Требованиями к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным, предметным);</li> <li>- Основными подходами к развитию и формированию универсальных учебных действий (УУД) для основного общего образования;</li> <li>- Примерной основной образовательной программы среднего общего образования;</li> <li>- Программы Лях В. И. Физическая культура. Рабочие программы. 2014 г.</li> </ul>
<b>Учебник</b>	<p>Физическая культура: 5—7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / [М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.]; под ред. М. Я. Виленского. — М.: Просвещение, 2014.</p> <p>Лях В. И. Физическая культура: 8—9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха. — 8-е изд. — М.: Просвещение, 2014.</p> <p>Лях В. И. Физическая культура: 8—9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях. — М.: Просвещение, 2015.</p>
<b>Цели изучения</b>	<p><i>Предметом обучения</i> физической культуре в основной школе является двигательная (физкультурная) деятельность, которая ориентирована на формирование целостной личности в единстве ее психофизических, нравственных, волевых и социальных качеств.</p> <p><i>Целью школьного физического воспитания</i> является 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.</p> <p>Образовательный процесс учебного предмета</p>

«Физическая культура» на решение следующих задач:

- 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 способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- 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 приёмах 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.

**АННОТАЦИИ**  
**к рабочим программам учебных предметов**

<b>Учебный предмет</b>	«Физическая культура»
<b>Класс</b>	10 - 11
<b>Срок реализации</b>	2 года
<b>Количество часов</b>	В 10 -11 классах - 3 часов в неделю, итого по 102 часа в год. Итого: 204 часа за 2 года обучения.
<b>Рабочая программа составлена в соответствии с:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ФГОС СОО;</li> <li>- Требованиями к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным, предметным);</li> <li>- Основными подходами к развитию и формированию универсальных учебных действий (УУД) для основного общего образования;</li> <li>- Примерной основной образовательной программы среднего общего образования;</li> <li>- Программы Лях В. И. Физическая культура. Рабочие программы. 2014 г.</li> </ul>
<b>Учебник</b>	Лях В. И. Физическая культура: 10—11 класс.: учебник для общеобразовательных организаций / В. И. Лях. — М.: Просвещение, 2016.
<b>Цели изучения</b>	<p><i>Предметом обучения</i> физической культуре в старшей школе является двигательная (физкультурная) деятельность, которая ориентирована на формирование целостной личности в единстве ее психофизических, нравственных, волевых и социальных качеств.</p> <p><i>Целью</i> школьного физического воспитания является 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.</p> <p>Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в старшей школе направлен на решение следующих <i>задач</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;</li> <li>- формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня</li> </ul>

	<p>здоровья и разносторонней физической подготовленности;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, упражнений современных оздоровительных систем физической культуры и прикладной физической подготовки, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях;</li><li>- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения двигательных действий, х согласования, способностей к произвольному расслабленному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);</li><li>- формирование знаний и представлений о современных оздоровительных системах физической культуры, спортивной тренировки и соревнований;</li><li>- формирование знаний и умений оценивать состояние собственного здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля;</li><li>- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;</li><li>- дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции;</li><li>- закрепление потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта (на основе овладения средствами и методами их организации, проведения и включения в режим дня, а также как формы активного отдыха и досуга).</li></ul>
--	---