

# АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

## 7-9 КЛАССЫ СЕНИЦЕВОЙ О.Б.

1.	Полное наименование программы	Рабочая программа по физической культуре для 7-9 классов.
2	Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы	Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» в основной школе входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» и является основой физического воспитания школьников.
3	Нормативная основа разработки программы	Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.) Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012г № 273. Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р. О продукции мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499. Приказ Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, с изменениями внесенными приказом Минобрнауки России от 31 декабря 2015 г. N 1577 «О внесении изменений в Федеральный образовательный стандарт основного общего образования». Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 №253 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2014/2015 учебный год» (с посл. изменениями 2017 г.).
4.	Количество часов	68 часов (2 часа в неделю).
5.	Дата и кто утвердил	Рассмотрено на педагогическом совете. Протокол № 1 от 30.08.2017 г. Утверждено директором ГБОУ Лицей № 1535 Т.В. Воробьевой, приказ № 406 от 30.08.2017 г.
6.	Цель реализации программы	Целью 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. Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» направлен на решение

		<p>следующих задач:</p> <p>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;</p> <p>обучение основам базовых видов двигательных действий;</p> <p>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);</p> <p>формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;</p> <p>выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;</p> <p>углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;</p> <p>воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;</p> <p>выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;</p> <p>формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;</p> <p>воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;</p> <p>содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.</p>
7.	Используемые учебники и пособия	<p>Погадаев Г.И. «Физическая культура 7-9 класс»(М.,Дрофа, 2014).</p> <p>«Комплексная программа физического воспитания 1-11 класс» В.И.Лях, А.А. Зданевич (М., Просвещение, 2011).</p> <p>«Физическая культура. 8-9 класс». Учебник. В. И. Лях (М.: Просвещение, 2010).</p> <p>Методические рекомендации «Физическая культура. 8-9 класс: пособие для учителей». В. И. Лях (М.: Просвещение, 2010).</p>
8	Требования к уровню подготовки обучающихся	<p>В результате изучения физической культуры ученик должен:</p> <p>Знать/понимать</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>•Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;</li> <li>•Основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;</li> <li>•Способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;</li> </ul> <p>уметь</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;</li> <li>•выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;</li> <li>•выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;</li> <li>•осуществлять наблюдение за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;</li> <li>•соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;</li> <li>•осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта.</li> </ul>
9.	Методы и формы оценки результатов освоения	Контроль и учет достижений учащихся ведется по 5-ти бальной отметочной системе. Оценивается уровень овладения знаниями, умениями и двигательными навыками (обеспечивая дифференцированный и индивидуальный подходы к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенности развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм). Работа на уроке и зачет.