Аннотация к рабочим программам по физической культуре 1-9 класс (А. П. Матвеев) и 10-11 класс (В. И. Лях, А. А. Зданевич)

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 1 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной авторской программой по физической культуре для учащихся 1-4 классов (под редакцией А. П. Матвеева).

Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: - А.П. Матвеев Физическая культура 1 класс. – М, Просвещение 2012.; рекомендованным Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2015/2016 учебный год.

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Цель:

формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой;

Задачи:

– укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

– совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

– формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

– развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

– обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

В соответствии с учебным планом и Основной образовательной программой начального общего образования предмет физическая культура в 1 классе изучается 3 часа в неделю (99 часов) в год, и включает в себя следующие разделы:

«Знания о физической культуре»; «Способы физкультурной деятельности»; «Физическое совершенствование»; «Лёгкая атлетика»; «Гимнастика с элементами акробатики»; «Подвижные и спортивные игры».

В 1 классе согласно учебной программе школьники по преимуществу осваивают различные способы выполнения бега, ходьбы и прыжков, лазания и ползания; разучивают комплексы упражнений утренней гимнастики и физкультминуток, комплексы для формирования и укрепления осанки, развития гибкости, координации движений, силы, быстроты и выносливости. Важной особенностью содержания обучения является освоение первоклассниками подвижных игр и навыков их самостоятельной организации и проведения.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 1 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 2 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной авторской программой по физической культуре для учащихся 1-4 классов (под редакцией А. П. Матвеева).

Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: - А.П. Матвеев Физическая культура 2 класс. – М, Просвещение 2014; рекомендованным Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2015/2016 учебный год.

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Цель:
формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой;

Задачи:
– укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
– совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

– Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека, о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации
– Овладение умениями организовать здоровье сберегающую жизнедеятельность.
– обучение простейшим способам контроля, за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.
В соответствии с учебным планом и Основной образовательной программой начального общего образования предмет физическая культура во 2 классе изучается 3 часа в неделю (102 часа) в год, и включает следующие разделы:

«Знания о физической культуре»; «Способы физкультурной деятельности»; «Физическое совершенствование»; «Лёгкая атлетика»; «Гимнастика с элементами акробатики»; «Подвижные игры на основе футбола и баскетбола».

Во 2 классе акцент в содержании обучения смещается на освоение школьниками новых двигательных действий, применяемых в гимнастике, лёгкой атлетике и спортивных играх. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Для повышения двигательной активности и привития мотивации учащихся 2 класса к занятиям физическими упражнениями, на каждом уроке физической культуры применяется игровой и соревновательный метод. Вместе с тем сохраняется в большом объёме обучение комплексам общеразвивающих физических упражнений разной функциональной направленности, подвижным играм, ориентированным на совершенствование жизненно важных навыков и умений.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 2 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 3 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной авторской программой по физической культуре для учащихся 1-4 классов (под редакцией А. П. Матвеева).

Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: - А.П. Матвеев Физическая культура 3 класс. – М, Просвещение 2014.; рекомендованным Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2015/2016 учебный год.

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Цель:

формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой;

Задачи:

– укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

– совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

– формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

– развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

– Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями основных физических качеств.

- Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

В соответствии с учебным планом и Основной образовательной программой начального общего образования предмет физическая культура в 3 классе изучается 3 часа в неделю (102 часа) в год, и включает следующие разделы:

«Знания о физической культуре»; «Способы физкультурной деятельности»; «Физическое совершенствование»; «Лёгкая атлетика»; «Кроссовая подготовка»; «Гимнастика с элементами акробатики»; «Спортивные игры: Футбол и Баскетбол».

В 3 классе в программный материал вводится раздел «Кроссовая подготовка». При этом увеличивается объём физических упражнений повышенной координационной сложности из базовых видов спорта (лёгкой атлетики, гимнастики и акробатики), прикладных физических

упражнений с использованием спортивного инвентаря и оборудования. По разделам «Футбол» и «Баскетбол» - игра по упрощённым правилам.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 3 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 4 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной авторской программой по физической культуре для учащихся 1-4 классов (под редакцией А. П. Матвеева).

Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: - А.П. Матвеев Физическая культура 4 класс. – М, Просвещение 2014.; рекомендованным Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2015/2016 учебный год.

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Цель:

формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой;

Задачи:

– укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

– Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

– формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
– развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
– обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности.
В соответствии с учебным планом и Основной образовательной программой начального общего образования предмет физическая культура в 4 классе изучается 3 часа в неделю (102 часа) в год, и включает следующие разделы:
«Знания о физической культуре»; «Способы физкультурной деятельности»; «Физическое совершенствование»; «Лёгкая атлетика»; «Кроссовая подготовка»; «Гимнастика с элементами акробатики»; «Спортивные игры: Футбол и Баскетбол».

В 4 классе на завершающем этапе начального образования, содержание обучение усложняется. Это проявляется прежде всего в том, что школьники должны теперь осваивать не отдельные упражнения и движения, а элементы и фрагменты двигательной деятельности. Так, по разделу «Гимнастика с основами акробатики»- это освоение целостных (соревновательных) комбинаций; В разделе «Спортивные игры» вводится «Мини-Футбол» и «Мини-Баскетбол». В содержании других разделов программы вводятся новые упражнения, требующие относительно высокого уровня технического исполнения.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 4 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 5 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего (полного) образования, примерной авторской программой по физической культуре для учащихся 5-9 классов (под редакцией А. П. Матвеева).

Содержание программы направлено на освоение знаний, умений и навыков на базовом уровне. Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: Физическая культура 5 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений. /А.П. Матвеев/ Москва. «Просвещение», 2014 г., и соответствует Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2015-2016 год.

Целью образования в области физической культуры является формирование у школьников 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 рамках реализации этой цели настоящая программа для учащихся основной школы ориентируется на решение следующих **задач**:

— укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

— формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;

— освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

— обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно- оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

— воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

В соответствии с учебным планом и Основной образовательной программой основного общего и среднего (полного) образования, предмет физическая культура в 5 классе изучается 3 часа в неделю (105 часов) в год, и включает следующие разделы:

«Знания о физической культуре»; «Физическое совершенствование»; «Лёгкая атлетика»; «Кроссовая подготовка»; «Гимнастика с элементами акробатики»; «Спортивные игры: Баскетбол и Волейбол».

Программа делится на две части базовую и вариативную. Базовая часть – выполняет обязательный минимум по предмету. Вариативная часть: включает в себя программный материал по волейболу и баскетболу.

Учебная программа в **5 классе** направлен на то, что бы в конце курса школьники:

1) Понимали роль и значение физической культуры в формировании личностных качеств, укреплении и сохранении индивидуального здоровья. 2) Приобрели опыт организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. 3) Расширили опыт организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности. 4) Сформировали умение выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений. 5)

Овладели основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умели использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности.
Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 5 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 6 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего (полного) образования, примерной авторской программой по физической культуре для учащихся 5-9 классов (под редакцией А. П. Матвеева).
Содержание программы направлено на освоение знаний, умений и навыков на базовом уровне. Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: Физическая культура 6-7 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений. /А.П. Матвеев/ Москва. «Просвещение», 2014 г., и соответствует Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2015-2016 год.
Целью образования в области физической культуры является формирование у школьников 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 рамках реализации этой цели настоящая программа для учащихся основной школы ориентируется на решение следующих **задач**:
— укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

— формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
— освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
— обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно- оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
— воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.
В соответствии с учебным планом и Основной образовательной программой основного общего и среднего (полного) образования, предмет физическая культура в 6 классе изучается 3 часа в неделю (105 часов) в год, и включает следующие разделы:
«Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности (Основы знаний) для 6 класса»; «Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной и прикладной ориентированной направленностью»; «Лёгкая атлетика»; «Кроссовая подготовка»; «Гимнастика с элементами акробатики (ритмическая гимнастика)»; «Спортивные игры: Футбол, Баскетбол и Волейбол»; «Способы спортивно оздоровительной деятельности».
Программа делится на две части базовую и вариативную. Базовая часть – выполняет обязательный минимум по предмету. Вариативная часть: включает в себя программный материал по волейболу и баскетболу.
Учебная программа в **6 классе** направлен на то, что бы в конце курса школьники:
1) Владели системой знаний о физическом совершенствовании человека, и об истории развития физической культуры, спорта, олимпийского движения. 2) Умели отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели. 3) Приобрели опыт организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. 4) Овладели основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умели использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. 5) Умели выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 6 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 7 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего (полного) образования, примерной авторской программой по физической культуре для учащихся 5-9 классов (под редакцией А. П. Матвеева).

Содержание программы направлено на освоение знаний, умений и навыков на базовом уровне. Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: Физическая культура 6-7 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений. /А.П. Матвеев/ Москва. «Просвещение», 2014 г., и соответствует Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2015-2016 год.

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 (координационных) способностей; • Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; • Обучение технике двигательных действий базовых видов спорта и элементам тактического взаимодействия во время соревнований; • 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; • Приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта • Формирование знаний и способностей развития физических качеств. Организация и проведение самостоятельных занятий общефизической и спортивной подготовкой.

Воспитательные: • Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; • Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

В соответствии с учебным планом и Основной образовательной программой основного общего и среднего (полного) образования, предмет физическая культура в 7 классе изучается 3 часа в неделю (105 часов) в год, и включает следующие разделы:

«Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности (Основы знаний) для 7 класса»; «Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной и прикладной ориентированной направленностью»; «Лёгкая атлетика»; «Кроссовая подготовка»; «Гимнастика с элементами акробатики (ритмическая гимнастика)»; «Спортивные игры: Футбол, Баскетбол и Волейбол»; «Способы спортивно оздоровительной деятельности».

Программа делится на две части базовую и вариативную. Базовая часть – выполняет обязательный минимум по предмету. Вариативная часть: включает в себя программный материал по волейболу и баскетболу. Программный материал усложняется по отношению к предыдущим классам, за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденного. В результате изучения физической культуры в **7 классе** ученик должен

знать/понимать:

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике 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, технические действия в спортивных играх:
- 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 индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 7 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 8 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего (полного) образования, примерной авторской программой по физической культуре для учащихся 5-9 классов (под редакцией А. П. Матвеева).

Содержание программы направлено на освоение знаний, умений и навыков на базовом уровне. Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: Физическая культура 8-9 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений. /А.П. Матвеев/ Москва. «Просвещение», 2014 г., и соответствует Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2015-2016 год.

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 (координационных) способностей; • Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; • Обучение технике двигательных действий базовых видов спорта и элементам тактического взаимодействия во время соревнований; • 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; • Приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта • Формирование знаний и способностей развития физических качеств. Организация и проведение самостоятельных занятий общефизической и спортивной подготовкой.

Воспитательные: • Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; • Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

В соответствии с учебным планом и Основной образовательной программой основного общего и среднего (полного) образования, предмет физическая культура в 8 классе изучается 3 часа в неделю (105 часов) в год, и включает следующие разделы:

«Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности (Основы знаний) для 8 класса»; «Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной и прикладной ориентированной направленностью»; «Лёгкая атлетика»; «Кроссовая подготовка»; «Гимнастика с элементами акробатики (ритмическая гимнастика)»; «Спортивные игры: Футбол, Баскетбол и Волейбол»; «Способы спортивно оздоровительной деятельности». Программа делится на две части базовую и вариативную. Базовая часть – выполняет обязательный минимум по предмету. Вариативная часть: включает в себя программный материал по волейболу и баскетболу. Программный материал усложняется по отношению к предыдущим классам, за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденного. В рамках учебной программы по физической культуре в **8 классе,** школьники не только совершенствуют физические качества и укрепляют здоровье, осваивают физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивают психические процессы и нравственные качества, формируют сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность. Учебное содержание каждого из разделов программы

излагаются в логике от общего к частному, и от частного к конкретному. За время обучения в 8 классе школьники должны освоить жизненно важные двигательные умения и навыки; Совершенствовать функциональные возможности организма; Развить двигательные способности; Обучиться основам знаний педагогики, психологии, физиологии, гигиены, профилактики травматизма, коррекции осанки; Сформировать практические умения в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 8 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 9 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего (полного) образования, примерной авторской программой по физической культуре для учащихся 5-9 классов (под редакцией А. П. Матвеева).
Содержание программы направлено на освоение знаний, умений и навыков на базовом уровне. Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: Физическая культура 8-9 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений. /А.П. Матвеев/ Москва. «Просвещение», 2014 г., и соответствует Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2015-2016 год.
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 (координационных) способностей; • Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; • Обучение технике двигательных действий базовых видов спорта и элементам тактического взаимодействия во время соревнований; • 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; • Приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта • Формирование

знаний и способностей развития физических качеств. Организация и проведение самостоятельных занятий общефизической и спортивной подготовкой.
Воспитательные: • Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; • Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.
В соответствии с учебным планом и Основной образовательной программой основного общего и среднего (полного) образования, предмет физическая культура в 9 классе изучается 3 часа в неделю (105 часов) в год, и включает следующие разделы:
«Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности (Основы знаний) для 9 класса»; «Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной и прикладной ориентированной направленностью»; «Лёгкая атлетика»; «Кроссовая подготовка»; «Гимнастика с элементами акробатики (ритмическая гимнастика)»; «Спортивные игры: Футбол, Баскетбол и Волейбол»; «Способы спортивно оздоровительной деятельности». Программа делится на две части базовую и вариативную. Базовая часть – выполняет обязательный минимум по предмету. Вариативная часть: включает в себя программный материал по волейболу и баскетболу. Программный материал усложняется по отношению к предыдущим классам, за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденного.

Особенностями учебной рабочей программы **9 класса** являются: Направленность на реализацию принципа вариативности; Объемность и многообразие знаний, средств и форм физкультурной деятельности. Учебное содержание каждого из разделов программы излагаются в логике от общего к частному, и от частного к конкретному. За время обучения в 9 классе школьники должны освоить жизненно важные двигательные умения и навыки; Совершенствовать функциональные возможности организма; Развить двигательные способности; Обучиться основам знаний педагогики, психологии, физиологии, гигиены, профилактики травматизма, коррекции осанки; Сформировать практические умения в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой. Совершенствовать физические качества и укрепить здоровье, освоить физические упражнения и двигательные действия, развивать нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 9 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего (полного) образования. Рабочий план разработан на основе примерной программы «Комплексная программа физического воспитания, 1 − 11 классы. Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. − М: «Просвещение», 2011г.» Содержание программы направлено на освоение знаний, умений и навыков на базовом уровне. Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: Физическая культура. 10–11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / под общ. ред. В. И. Ляха. М.: Просвещение, 2011., и соответствует Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2015-2016 год.

Цель программы: обеспечение современного образования учащихся в контексте требований ФГОС 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» в основной школе направлен на решение следующих **задач:**1. содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены; 2. обучение основам базовых видов двигательных действий; 3. 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); 4. формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; 5. выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля; 6. углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах; 7. воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время; 8. выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи; 9. формирование адекватной оценки собственных физических возможностей; воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности; 10. содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

В **10 классе** продолжается изучение и совершенствование элементов по разделу «Спортивные игры». В программе для учащихся 10 классов двигательная деятельность как учебный предмет представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивная деятельность. Первая содержательная линия «Физкультурно-оздоровительная деятельность» характеризуется направленностью на укрепление здоровья школьников и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях физической культурой и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга. Вторая содержательная линия «Спортивная деятельность» соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности.. Особенностью урочных занятий в 10 классе является совершенствование базовых двигательных действий, включая технику основных видов спорта: легкая атлетика, гимнастика, народные и спортивные(баскетбол, волейбол) игры. Базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации отводит 105 часов при трёх учебных занятиях в неделю и это в первую очередь направлено на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, ориентировано, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре.

Также в 10 классе школьники должны освоить различные упражнения из лёгкой атлетики, в том числе, метание различных по массе и форме снарядов (гранаты, утяжелённые малые мячи и др.). В гимнастических и акробатических упражнениях: должны выполнять комбинацию из 5 элементов на брусьях или перекладине, выполнять опорный прыжок ноги врозь через коня в длину, выполнять комбинации из отдельных элементов со скакалкой, обручем. В спортивных играх: демонстрировать и применять упражнения основных технико – технических действий одной из спортивных игр. Участвовать в соревнованиях по программе 10-11классов.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 10 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 11 класса+

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего (полного) образования. Рабочий план разработан на основе примерной программы «Комплексная программа физического воспитания, 1 − 11 классы. Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. − М: «Просвещение», 2011г.» Содержание программы направлено на освоение знаний, умений и навыков на базовом уровне. Программа обеспечена учебно-методическим комплексом: Физическая культура. 10–11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / под общ. ред. В. И. Ляха. М.: Просвещение, 2011., и соответствует Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2015-2016 год.

Цель программы: обеспечение современного образования учащихся в контексте требований ФГОС 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» в основной школе направлен на решение следующих **задач:**1. содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены; 2. обучение основам базовых видов двигательных действий; 3. 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); 4. формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; 5. выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля; 6. углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах; 7. воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время; 8. выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи; 9. формирование адекватной оценки собственных физических возможностей; воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности; 10. содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

В **11 классе** продолжается изучение и совершенствование элементов по разделу «Спортивные игры». В программе для учащихся 10 классов двигательная деятельность как учебный предмет представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивная деятельность. Первая содержательная линия «Физкультурно-оздоровительная деятельность» характеризуется

направленностью на укрепление здоровья школьников и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях физической культурой и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга. Вторая содержательная линия «Спортивная деятельность» соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности.. Особенностью урочных занятий в 10 классе является совершенствование базовых двигательных действий, включая технику основных видов спорта: легкая атлетика, гимнастика, народные и спортивные(баскетбол, волейбол) игры. Базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации отводит 105 часов при трёх учебных занятиях в неделю и это в первую очередь направлено на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, ориентировано, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре.

Также в 11 классе школьники должны освоить различные упражнения из лёгкой атлетики, в том числе, метание различных по массе и форме снарядов (гранаты, утяжелённые малые мячи и др.). В гимнастических и акробатических упражнениях: должны выполнять комбинацию из 5 элементов на брусьях или перекладине, выполнять опорный прыжок ноги врозь через коня в длину, выполнять комбинации из отдельных элементов со скакалкой, обручем. В спортивных играх: демонстрировать и применять упражнения основных технико – технических действий одной из спортивных игр. Участвовать в соревнованиях по программе 10-11классов.

Оценивание учащихся предусмотрено как по окончанию раздела, так и по мере освоения умений и навыков. По окончанию 11 класса, учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Нормативы» что соответствует обязательному минимуму содержания образования. Таблица с нормативами в низу документа!

Нормативы

Норматив	Оценка	2 класс		3 класс		4 класс		5 класс		6 класс		7 класс		8 класс		9 класс		10 класс		11 класс	
		м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д
Бег 12/15/18/20/23 кр., (мин.,сек.)	3	6 мин.		3,50	4,00	4,35	4,45	5,00	5,15	5,50	6,30	5,50	6,20	5,45	6,15	5,40	6,10	5,35	6,10	5,30	6,10
	4			3,40	3,50	4,20	4,35	4,45	5,00	5,30	6,00	5,30	5,50	5,25	5,40	5,20	5,30	5,15	5,30	5,15	5,30
	5			3,30	3,40	4,10	4,20	4,35	4,45	5,15	5,30	5,15	5,25	5,10	5,25	5,05	5,15	5,00	5,15	5,00	5,10
Челночн. бег 3*10 м	3	10,5		9,5	10,0	9,4	9,9	9,2	9,8	9,1	9,6	9,1	9,6	9,0	9,5	8,8	9,3	14,1	16,0	14,0	16,0
	4	10,0		9,0	9,5	8,8	9,4	8,7	9,3	8,6	9,1	8,6	9,1	8,5	9,0	8,3	8,8	13,4	15,3	13,4	15,4
5*10 м. (сек.)	5	9,5		8,8	9,3	8,4	9,2	8,2	8,9	8,1	8,6	8,1	8,6	7,9	8,5	7,8	8,3	12,9	14,8	12,9	14,9
Прыжки в длину с места	3	1		1,3	1,2	1,4	1,3	1,5	1,4	1,6	1,5	1,65	1,55	1,7	1,6	1,8	1,65	1,85	1,70	1,9	1,75
	4	1,15		1,5	1,4	1,6	1,5	1,7	1,6	1,75	1,65	1,80	1,7	1,85	1,72	1,95	1,76	2,10	1,88	2,13	1,86
(метры)	5	1,3		1,6	1,5	1,7	1,6	1,8	1,7	1,9	1,75	1,95	1,8	2,0	1,85	2,07	1,88	2,25	1,98	2,31	1,96
Прыжки ч/з скак. раз за 0,5/1 мин.	3			30	35	35	40	90	100	100	105	100	105	105	110	110	115	120	122	120	125
	4			35	40	40	45	100	110	105	115	110	120	120	122	121	125	130	135	130	136
	5			40	45	45	50	110	120	120	125	120	125	125	130	126	131	135	140	136	141

Отжимания (раз за 30 сек.)	**3**	3		9	9	10	10	11	11	12	11	12	12	13	12	15	13	16	13	17	13
	4	5		11	11	12	12	14	14	16	14	17	14	18	14	20	15	21	16	21	16
	5	10		15	15	16	16	17	17	20	18	21	18	22	19	23	20	25	21	25	21
Подтягивания (раз)	**3**			1	3	1	3	2	4	3	5	3	5	4	5	4	4	5	3	5	2
	4			2	5	3	6	4	7	5	8	5	8	6	8	7	7	8	6	8	6
	5			3	8	4	9	5	10	6	11	7	11	8	11	9	11	10	11	10	11
Пресс (раз за 30 сек.)	**3**	10		14	14	15	15	16	16	17	17	18	17	18	17	19	17	19	17	20	17
	4	12		17	17	18	18	20	19	21	20	22	21	23	21	24	21	25	21	25	21
	5	15		20	20	21	21	22	22	23	23	25	23	27	24	28	24	29	25	30	25
Гибкость (см.)	**3**			2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	4			4	5	4	5	5	5	5	6	5	6	6	6	6	7	6	7	6	7
	5			6	7	6	7	7	8	8	9	8	9	10	10	10	11	10	11	10	11