**АННОТАЦИИ**

**к рабочим программам учебных предметов**

|  |  |
| --- | --- |
| Учебный предмет | «Физическая культура» |
| Класс | 5 - 9 |
| Срок реализации | 5 лет |
| Количество часов | В 5 - 9 классах - 3 часов в неделю, итого по 102 часа в год. Итого: 510 часов за 5 лет обучения. |
| Рабочая программа составлена в соответствии с: | * - ФГОС ООО;
* - Требованиями к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным, предметным);
* - Основными подходами к развитию и формированию универсальных учебных действий (УУД) для основного общего образования;
* - Примерной основной образовательной программы основного общего образования;
* - Программы Лях В. И. Физическая культура. Рабочие программы. 2014 г.
 |
| Учебник | Физическая культура: 5—7 кл.: учеб. для общеобразоват. учрежде¬ний / [М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.]; под ред. М. Я. Виленского. — М.: Просвещение, 2014.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.Лях В. И. Физическая культура: 8—9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях. — М.: Просвещение, 2015. |
| Цели изучения | *Предметом обучения* физической культуре в основной школе является двигательная (физкультурная) деятельность, которая ориентирована на формирование целостной личности в единстве ее психофизических, нравственных, волевых и социальных качеств.*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» *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**

|  |  |
| --- | --- |
| Учебный предмет | «Физическая культура» |
| Класс | 10 - 11 |
| Срок реализации | 2 года |
| Количество часов | В 10 -11 классах - 3 часов в неделю, итого по 102 часа в год. Итого: 204 часа за 2 года обучения. |
| Рабочая программа составлена в соответствии с: | * - ФГОС СОО;
* - Требованиями к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным, предметным);
* - Основными подходами к развитию и формированию универсальных учебных действий (УУД) для основного общего образования;
* - Примерной основной образовательной программы среднего общего образования;
* - Программы Лях В. И. Физическая культура. Рабочие программы. 2014 г.
 |
| Учебник | Лях В. И. Физическая культура: 10—11 класс.: учебник для общеобразовательных организаций / В. И. Лях. — М.: Просвещение, 2016. |
| Цели изучения | *Предметом обучения* физической культуре в старшей школе является двигательная (физкультурная) деятельность, которая ориентирована на формирование целостной личности в единстве ее психофизических, нравственных, волевых и социальных качеств.*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 старшей школе направлен на решение следующих *задач:*- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;- формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности;- 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;- 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.);- формирование знаний и представлений о современных оздоровительных системах физической культуры, спортивной тренировки и соревнований;- формирование знаний и умений оценивать состояние собственного здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля;- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;- дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции;- 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). |