

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 1 классов

Название курса: Физическая культура

Класс: 1 а, б, в

Количество часов: 100 часов в год (3 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура 1-4 класс. Авторы В. И. Лях. Учебник для общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2014г.

Содержание курса:

Класс	разделы, темы	кол-во часов
1 «а», «б»	Знания о физической культуре	4
	Лёгкая атлетика	28
	Гимнастика с основами акробатики	32
	Подвижные игры, элементы спортивных игр	29
	Кроссовая подготовка	5
Итого		98

Класс	разделы, темы	кол-во часов
1 «в»	Знания о физической культуре	4
	Лёгкая атлетика	28
	Гимнастика с основами акробатики	34
	Подвижные игры, элементы спортивных игр	29
	Кроссовая подготовка	5
Итого		100

Планируемые результаты освоения учебного курса.

Личностные универсальные действия:

- Положительное отношение к занятиям, интерес к отдельным видам спортивной и оздоровительной деятельности;
- Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной физкультурной деятельности, эмоциональное восприятие образа Родины, представление о спортсменах; спортивных играх.
- Чувство сопричастности и гордости за свою Родину через знакомство с современными олимпийскими играми и спортивными традициями;
- Представление о физической красоте через физкультурно – оздоровительную деятельность;
- Представления о рациональной организации режима дня, использования инвентаря и оборудования приёмов страховки;
- Адекватного понимания причин успешного или неуспешного развития физических качеств и освоения учебного материала;
- Осознание элементов здоровья, действий и поступков к нормам здоровьесберегающего поведения.

Метапредметные универсальные действия:

- Принимать и сохранять учебные задачи, поставленные на уроках по освоению двигательных действий;
- Принимать и учитывать методические указания учителя в процессе повторения ранее изученных движений в процессе изучения нового материала;

- Адекватно воспринимать оценку учителя, и товарищей, анализировать собственные ошибки;
- Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебников, литературы, включая и электронные, цифровые;
- Ориентироваться в разнообразных видах упражнений;
- Осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме используя терминологию, названия упражнений;
- Произвольно и осознанно владеть общими приёмами подвижных и спортивных игр;
- Анализировать технику игр или выполнения упражнений, строя логические рассуждения;
- Использовать коммуникативные, прежде всего речевые средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- Разрабатывать единую тактику в игровых ситуациях, учитывая мнения партнёров по команде;
- Договариваться и приходить к общему мнению в совместной игровой и спортивной деятельности, уважая соперника;
- Во время подвижных и спортивных игр строить тактические действия, взаимодействуя и учитывая реакцию партнёра на игру.

Предметные универсальные действия:

- Организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении и на открытом воздухе);
- Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- Сохранять правильную осанку;
- Выполнять эстетически красиво упражнения;
- Играть по упрощённым правилам в спортивные игры.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 2 классов

Название курса: Физическая культура

Класс: 2 а, б, в

Количество часов: 102 часа в год (3 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура 1-4 класс. Авторы В. И. Лях. Учебник для общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2014г.

Содержание курса:

класс	разделы, темы	кол-во часов
2 «а», «б»	Знания о физической культуре	2
	Лёгкая атлетика	38
	Гимнастика с основами акробатики	31
	Подвижные игры, элементы спортивных игр	23
	Кроссовая подготовка	8
итого		102

класс	разделы, темы	кол-во часов
2 «в»	Знания о физической культуре	2
	Лёгкая атлетика	38
	Гимнастика с основами акробатики	31
	Подвижные игры, элементы спортивных игр	24
	Кроссовая подготовка	6
итого		101

Планируемые результаты освоения учебного курса.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 3 классов

Название курса: Физическая культура

Класс: 3 а, б, в

Количество часов: 102 часа в год (3 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура 1-4 класс. Авторы В. И. Лях. Учебник для общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2014г.

класс	разделы, темы	кол-во часов
3	Знания о физической культуре	2
	Лёгкая атлетика	39
	Гимнастика с основами акробатики	30
	Подвижные игры, элементы спортивных игр	24
	Кроссовая подготовка	7
итого		102

Планируемые результаты освоения учебного курса.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 4 классов

Название курса: Физическая культура.

Класс: 4 а, б, в

Количество часов: 102 часа в год (3 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура. 1-4 классы. Авторы В.И. Лях. Учебник для общеобразовательных учреждений - М.: Просвещение, 2014 г.

Структура курса:

класс	разделы, темы	кол-во часов
4	Лёгкая атлетика	34
	Гимнастика	23
	Подвижные игры, элементы спортивных игр	30
	Кроссовая подготовка	15
итого		102

Планируемые результаты освоения учебного курса.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 1-4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 5 классов

Название курса: Физическая культура

Класс: 5 а, б, в

Количество часов: 69 часов в год (2 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях.

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура 5-6-7 классы. Авторы М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.. Учебник для общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2010г.

Содержание учебного курса.

Класс	Разделы	Количество часов
5 «а», «в»	Легкая атлетика	23
	Кроссовая подготовка	9
	Гимнастика	16
	Подвижные игры на основе спортивных игр	21
Итого:		69

Класс	Разделы	Количество часов
5 «б»	Легкая атлетика и кроссовая подготовка	33
	Гимнастика	16
	Подвижные игры на основе спортивных игр	21
Итого:		70

Планируемые результаты освоения учебного курса «Физическая культура»

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и интересы

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели.
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при легких травмах;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 6 класса

Название курса: Физическая культура

Класс: 6 а, б

Количество часов: 70 часов в год (2 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях.

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура 5-6-7 классы. Авторы М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.. Учебник для общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2010г.

Содержание учебного курса.

Класс	Разделы	Количество часов
6 «А»	«Легкая атлетика и кроссовая подготовка»	33
	«Гимнастика»	15
	«Спортивные игры»	21
Итого:		69

Класс	Разделы	Количество часов
6 «Б»	«Легкая атлетика и кроссовая подготовка»	34
	«Гимнастика»	15
	«Спортивные игры»	21
Итого:		70

Планируемые результаты освоения учебного курса «Физическая культура»

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.

- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели.

- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при легких травмах;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.

- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их заданной дозировкой нагрузки;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 7 классов

Название курса: Физическая культура

Класс: 7 а, б

Количество часов: 70 часов в год (2 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях.

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура 5-6-7 классы. Авторы М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.. Учебник для общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2010г.

Содержание учебного курса.

Класс	Разделы	Количество часов
7 «А»	«Легкая атлетика и кроссовая подготовка»	29
	«Гимнастика»	18
	«Спортивные игры»	23
Итого:		70

Класс	Разделы	Количество часов
7 «Б»	«Легкая атлетика и кроссовая подготовка»	29
	«Гимнастика»	17
	«Спортивные игры»	24
Итого:		70

Планируемые результаты освоения учебного курса «Физическая культура»

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.

- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели.

- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при легких травмах;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.

- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их заданной дозировкой нагрузки;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 8 классов

Название курса: Физическая культура

Класс: 8 а, б, в

Количество часов: 102 часа в год (3 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях, А.А. Зданевич

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура 8-9 класс. Авторы В. Лях, А.А. Зданевич. Учебник для общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2008г.

Содержание учебного курса.

Класс	Разделы курса, темы	Кол-во часов
8	Легкая атлетика	12
	Кроссовая подготовка	9
	Гимнастика	18
	Спортивные игры	45
	Кроссовая подготовка	9
	Легкая атлетика	12
итого		102

Планируемые результаты освоения учебного курса.

В результате освоения программного материала учебного курса «Физическая культура» учащиеся 8 класса должны:

ОБЪЯСНЯТЬ:

- роль и значение физической культуры в развитии общества и человека;
- цели и принципы современного олимпийского движения, его роль и значение в современном мире, влияние на развитие массовой физической культуры и спорта высших достижений;
- роль и значение занятий физической культурой в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни.

ХАРАКТЕРИЗОВАТЬ:

- индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями;
- особенности функционирования основных органов и структур организма во время занятий физическими упражнениями;
- особенности планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности и контроль за их эффективностью;
- особенности организации и проведения индивидуальных занятий физическими упражнениями общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- особенности обучения и самообучения двигательным действиям;
- особенности развития физических способностей на занятиях физической культурой;
- особенности форм урочных и неурочных занятий физическими упражнениями, их структура, содержание и направленность;
- особенности содержания и направленности различных систем физических

упражнений, характеристика их оздоровительной и развивающей эффективности.

СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА:

- личной гигиены и закаливания организма;
- организации и проведения самостоятельных и самодеятельных форм занятий физическими упражнениями и спортом;
- культуры поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и соревнований;
- профилактики травматизма и оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- экипировки и использования спортивного инвентаря на занятиях физической культурой.

ПРОВОДИТЬ:

- самостоятельные и самодеятельные занятия физическими упражнениями с общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;
- контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, физической работоспособностью, осанкой;
- приемы страховки и самостраховки во время занятий физическими упражнениями;
- приемы оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- приемы массажа и самомассажа;
- занятия физической культурой и спортивные соревнования с учащимися младших классов;
- судейство по виду спорта.

СОСТАВЛЯТЬ:

- индивидуальные планы комплексы физических упражнений различной направленности;
- -конспекты индивидуальных занятий и систем занятий.

ОПРЕДЕЛЯТЬ:

- уровни индивидуального физического развития и двигательной подготовленности;
- эффективность занятий физическими упражнениями;
- функциональное состояние организма и физическую работоспособность;
- дозировку физической нагрузки и направленность воздействий физических упражнений.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 9 классов

Название курса: Физическая культура.

Класс: 9 а, б

Количество часов: 100 часов в год (3 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях, А.А. Зданевич.

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура. 8-9 классы. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. Учебник для общеобразовательных учреждений - М.: Просвещение, 2010 г.

Структура курса:

Класс	Разделы курса, темы	Кол-во часов
9	Легкая атлетика	10
	Кроссовая подготовка	10
	Гимнастика	18
	Спортивные игры	45
	Кроссовая подготовка	8
	Легкая атлетика	9
итого		100

Планируемые результаты освоения курса.

В результате освоения программного материала учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 9 класса должны:

ОБЪЯСНЯТЬ:

- роль и значение физической культуры в развитии общества и человека;
- цели и принципы современного олимпийского движения, его роль и значение в современном мире, влияние на развитие массовой физической культуры и спорта высших достижений;
- роль и значение занятий физической культурой в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни.

ХАРАКТЕРИЗОВАТЬ:

- индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями;
- особенности функционирования основных органов и структур организма во время занятий физическими упражнениями;
- особенности планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности и контроль за их эффективностью;
- особенности организации и проведения индивидуальных занятий физическими упражнениями общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- особенности обучения и самообучения двигательным действиям;
- особенности развития физических способностей на занятиях физической культурой;
- особенности форм урочных и неурочных занятий физическими упражнениями, их структура, содержание и направленность;
- особенности содержания и направленности различных систем физических

упражнений, характеристика их оздоровительной и развивающей эффективности.

СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА:

- личной гигиены и закаливания организма;
- организации и проведения самостоятельных и самостоятельных форм занятий физическими упражнениями и спортом;
- культуры поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и соревнований;
- профилактики травматизма и оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- экипировки и использования спортивного инвентаря на занятиях физической культурой.

ПРОВОДИТЬ:

- самостоятельные и самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;
- контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, физической работоспособностью, осанкой;
- приемы страховки и само страховки во время занятий физическими упражнениями;
- приемы оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- приемы массажа и самомассажа;
- занятия физической культурой и спортивные соревнования с учащимися младших классов;
- судейство по виду спорта.

СОСТАВЛЯТЬ:

- индивидуальные планы комплексы физических упражнений различной направленности;
- -конспекты индивидуальных занятий и систем занятий.

ОПРЕДЕЛЯТЬ:

- уровни индивидуального физического развития и двигательной подготовленности;
- эффективность занятий физическими упражнениями;
- функциональное состояние организма и физическую работоспособность;
- дозировку физической нагрузки и направленность воздействий физических упражнений.

ДЕМОНСТРИРОВАТЬ:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	9,2	10,2
	Прыжок в длину с места, см.	180	165
Силовые	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	12	-
	Поднимание туловища, лёжа на спине, руки за головой, количество раз	-	18

К выносливости	Бег 2000 м, мин.	8,50	10,20
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с.	10,0	14,0
	Броски малого мяча в стандартную мишень, м.	12,0	10,0

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 10 класса

Название курса: Физическая культура

Класс: 10

Количество часов: 102 часа в год (3 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях, А.А. Зданевич

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура 10-11 класс. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. Учебник для общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2010г.

Содержание учебного курса.

Класс	Разделы курса, темы	Кол-во часов
10	Легкая атлетика	11
	Кроссовая подготовка	10
	Гимнастика	21
	Спортивные игры	42
	Кроссовая подготовка	8
	Легкая атлетика	10
Итого		102

Планируемые результаты освоения учебного курса.

В результате освоения программного материала учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 10 класса должны:

ОБЪЯСНЯТЬ:

- роль и значение физической культуры в развитии общества и человека;
- цели и принципы современного олимпийского движения, его роль и значение в современном мире, влияние на развитие массовой физической культуры и спорта высших достижений;
- роль и значение занятий физической культурой в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни.

ХАРАКТЕРИЗОВАТЬ:

- индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями;
- особенности функционирования основных органов и структур организма во время занятий физическими упражнениями;
- особенности планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности и контроль за их эффективностью;
- особенности организации и проведения индивидуальных занятий физическими упражнениями общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- особенности обучения и самообучения двигательным действиям;
- особенности развития физических способностей на занятиях физической культурой;
- особенности форм урочных и неурочных занятий физическими упражнениями, их структура, содержание и направленность;
- особенности содержания и направленности различных систем физических

упражнений, характеристика их оздоровительной и развивающей эффективности.

СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА:

- личной гигиены и закаливания организма;
- организации и проведения самостоятельных и самостоятельных форм занятий физическими упражнениями и спортом;
- культуры поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и соревнований;
- профилактики травматизма и оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- экипировки и использования спортивного инвентаря на занятиях физической культурой.

ПРОВОДИТЬ:

- самостоятельные и самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;
- контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, физической работоспособностью, осанкой;
- приемы страховки и самостраховки во время занятий физическими упражнениями;
- приемы оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- приемы массажа и самомассажа;
- занятия физической культурой и спортивные соревнования с учащимися младших классов;
- судейство по виду спорта.

СОСТАВЛЯТЬ:

- индивидуальные планы комплексы физических упражнений различной направленности;
- -конспекты индивидуальных занятий и систем занятий.

ОПРЕДЕЛЯТЬ:

- уровни индивидуального физического развития и двигательной подготовленности;
- эффективность занятий физическими упражнениями;
- функциональное состояние организма и физическую работоспособность;
- дозировку физической нагрузки и направленность воздействий физических упражнений.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 11 класса

Название курса: Физическая культура.

Класс: 11

Количество часов: 100 часов в год (3 часа в неделю)

Авторы программы: В.И. Лях, А.А. Зданевич.

Полное наименование учебно-методического комплекта: Физическая культура. 10-11 классы. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. Учебник для общеобразовательных учреждений - М.: Просвещение, 2010 г.

Структура курса:

Класс	Разделы курса, темы	Кол-во часов
11	Легкая атлетика	11
	Кроссовая подготовка	10
	Гимнастика	21
	Спортивные игры	41
	Кроссовая подготовка	7
	Легкая атлетика	10
Итого		100

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.

В результате освоения программного материала учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 10-11 классов должны:

ОБЪЯСНЯТЬ:

- роль и значение физической культуры в развитии общества и человека;
- цели и принципы современного олимпийского движения, его роль и значение в современном мире, влияние на развитие массовой физической культуры и спорта высших достижений;
- роль и значение занятий физической культурой в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни.

ХАРАКТЕРИЗОВАТЬ:

- индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями;
- особенности функционирования основных органов и структур организма во время занятий физическими упражнениями;
- особенности планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности и контроль за их эффективностью;
- особенности организации и проведения индивидуальных занятий физическими упражнениями общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- особенности обучения и самообучения двигательным действиям;
- особенности развития физических способностей на занятиях физической культурой;
- особенности форм урочных и неурочных занятий физическими упражнениями, их структура, содержание и направленность;
- особенности содержания и направленности различных систем физических упражнений, характеристика их оздоровительной и развивающей

эффективности.

СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА:

- личной гигиены и закаливания организма;
- организации и проведения самостоятельных и самодеятельных форм занятий физическими упражнениями и спортом;
- культуры поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и соревнований;
- профилактики травматизма и оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- экипировки и использования спортивного инвентаря на занятиях физической культурой.

ПРОВОДИТЬ:

- самостоятельные и самодеятельные занятия физическими упражнениями с общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;
- контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, физической работоспособностью, осанкой;
- приемы страховки и само страховки во время занятий физическими упражнениями;
- приемы оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- приемы массажа и самомассажа;
- занятия физической культурой и спортивные соревнования с учащимися младших классов;
- судейство по виду спорта.

СОСТАВЛЯТЬ:

- индивидуальные планы комплексы физических упражнений различной направленности;
- -конспекты индивидуальных занятий и систем занятий.

ОПРЕДЕЛЯТЬ:

- уровни индивидуального физического развития и двигательной подготовленности;
- эффективность занятий физическими упражнениями;
- функциональное состояние организма и физическую работоспособность;
- дозировку физической нагрузки и направленность воздействий физических упражнений.

ДЕМОНСТРИРОВАТЬ:

Физическая способность	Физические упражнения	юноши	девушки
Скоростные	Бег 100м., сек	14,3	17,5
	Бег 30м., сек	5,0	5,4
Силовые	Подтягивание в висе на высокой перекладине, кол-во раз	10	-
	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, кол-во раз	-	14
	Прыжок в длину с места, см	215	170
К выносливости	Бег 2000м., мин., сек.	-	10,0
	Бег 3000м., мин., сек.	13,50	-

