

## Аннотация к рабочим программам по физической культуре

### 5 - 9 классы

<p>Нормативно-методические материалы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ФГОС ( стандарты третьего и второго поколения) примерная программа по физической культуре основного общего образования</li> <li>• «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2019);</li> <li>• федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2023-2024 учебный год;</li> <li>• базисный учебный план 2023-2024 года;</li> <li>• требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов ФГОС</li> </ul>
<p>Реализуемый УМК</p>	<p>Виленский М.Я., Туревский И.М. и др. Физическая культура 5-7 кл. Просвещение, 2019 Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 8-9 кл. М.: Просвещение, 2022</p>
<p>Цели и задачи изучения предмета</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>развитие</b> основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;</li> <li>• <b>формирование</b> культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;</li> <li>• <b>воспитание</b> устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;</li> <li>• <b>освоение</b> знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.</li> </ul>
<p>Срок реализации программы</p>	<p>5 лет</p>
<p>Место учебного предмета в учебном плане</p>	<p>5 класс - 102 часа (3 часа в неделю) 6 класс - 102 часа (3 часа в неделю) 7 класс - 102 часа (3 часа в неделю) 8 класс - 102 часа (3 часа в неделю) 9 класс - 102 часа (3 часа в неделю)</p>
<p>Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)</p>	<p><b>Знать/понимать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;</li> <li>• основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;</li> <li>• способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;</li> <li>• выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;</li> <li>• выполнять комплексы ОРУ на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния</li> </ul>

	<p>здоровья и физической подготовленности;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• осуществлять наблюдение за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;</li><li>• соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов</li><li>• осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;</li></ul> <p><b>Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;</li><li>• включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.</li></ul>
--	---