

## Аннотация к рабочим программам по учебному предмету «Физическая культура»

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» для **2 класса** разработана на основе следующих документов:

– Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 396 от 06 октября 2009 г. с изм. приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1241 и № 2357)

– Приказ МОиН РФ от 04.10.2010 г. «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части оснащения учебного процесса и оборудования учебных помещений»

– Приказ МОиН РФ от 19 декабря 2012 года N 1067 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2013 – 2014 учебный год»

– Приказ МОиН РФ от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

– Письмо МОиН РФ « О введении третьего часа физической культуры» от 08.10.2010 № ИК-1494-19

– Примерная основная образовательная программа начального общего образования М: Просвещение, 2010г.

– Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа. М.: Просвещение, 2011г.

– СанПиН 2.4.2.2821-10

– Основная образовательная программа начального общего образования МОБУ СОШ №5.

Программа отражает цели и задачи физического воспитания детей и направлена на воспитание гармоничного развития личности, благоприятную социально-психологическую адаптацию.

Распределение учебного материала соответствует структуре планирования общеобразовательной программы школы.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

С учётом этих особенностей **целью** примерной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих **образовательных задач**:

- 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, её значении в жизни человека, 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 физической нагрузки, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

### ***1.2. Место учебного предмета в учебном плане***

Курс «Физическая культура» изучается из расчёта 3 ч в неделю, всего — 102 часа.

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» для **3 класса** разработана на основе следующих документов:

– Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 396 от 06 октября 2009 г. с изм. приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1241 и № 2357)

– Приказ МОиН РФ от 04.10.2010 г. «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части оснащения учебного процесса и оборудования учебных помещений»

– Приказ МОиН РФ от 19 декабря 2012 года N1067 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2013 – 2014 учебный год»

– Приказ МОиН РФ от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

– Письмо МОиН РФ « О введении третьего часа физической культуры» от 08.10.2010 № ИК-1494-19

– Примерная основная образовательная программа начального общего образования М: Просвещение, 2010 г.

– Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа. М.: Просвещение, 2011г.

– СанПиН 2.4.2.2821-10

– Основная образовательная программа начального общего образования МОБУ СОШ №5.

Программа отражает цели и задачи физического воспитания детей и направлена на воспитание гармоничного развития личности, благоприятную социально-психологическую адаптацию.

Распределение учебного материала соответствует структуре планирования общеобразовательной программы школы.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учётом этих особенностей **целью** примерной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих **образовательных задач**:

- 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, её значении в жизни человека, 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 физической нагрузки, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью.

В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

### **1.2. Место учебного предмета в учебном плане**

Курс «Физическая культура» в 3 классе изучается из расчёта 3 ч в неделю, всего — 102 часа.

Предметом обучения физической культуры в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

В систему уроков включено изучение основных разделов физической культуры: теория, гимнастика (с элементами акробатики), легкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка с учетом материально-технической базы учебного учреждения.

Каждый из практических разделов рабочей программы составлен в соответствии с задачами обучения и имеет единую структуру: теоретические сведения по виду спорта, умения, навыки, составляющие содержание обучения, упражнения для развития двигательных качеств и навыков, требования к учащимся.

**Целью физического воспитания** в школе является содействие всестороннему развитию личности обучающихся. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

**Решение задач физического воспитания** учащихся 5 класса направлено на:

- содействие гармоничному физическому развитию, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основе системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- 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.

### ***Место уроков физкультуры в учебном плане.***

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение ФК в каждом классе выделяется 102 ч., 3 часа в неделю.

Общее количество учебного времени распределено между всеми видами физической подготовки. Большой удельный вес приходится на организацию и проведение занятий на свежем воздухе. В системе уроков по данной программе используются различные виды мониторингов, которые помогают наблюдать в динамике за физическим развитием каждого школьника.

Содержание календарно – тематического планирования при 3 (трех) учебных занятиях в неделю основного общего образования по физической культуре направлено в первую очередь на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, соответственно, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре. Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика.

### **Основная учебная литература**

- 1 М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов. Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского; Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.
- 2 Комплексная программа общеобразовательных учреждений физического воспитания для 1-11 классов. В.И. Лях. А.А. Зданевич – М.: Просвещение, 2008г;
- 3 Федеральный государственный стандарт основного общего образования
- 4 Киселев, П.А., Киселева С.Б «Справочник учителя физической культуры»; Волгоград: «Учитель», 2008.

Рабочая программа по физической культуре ориентирована на учащихся **6 классов** и реализуется на основе следующих документов:

- Приказ Министерства образования РФ от 05.03.2004г №1089 « Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (с изменениями, внесенными приказами Министерства образования и науки Российской Федерации от 3 июня 2008 г. № 164, от 31 августа 2009 г. № 320, от 19 октября 2009 г. № 427, от 10 ноября 2011 г. № 2643 и от 24 января 2012 г. № 39);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12. 2012 г № 1067 « Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2012-2013 учебный год»;
- Письмо Департамента государственной политики в образовании от 07.07.2005 № 03-1263 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана»;
- Учебный план Муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 5» на 2013-2014 учебный год;

Рабочая программа учебного предмета "Физическая культура" (6 класс) разработана на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов под руководством доктора педагогических наук В.И. Ляха и кандидата педагогических наук А.А. Зданевича, охватывающая все основные компоненты системы физического воспитания.

Предметом обучения физической культуре в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

В систему уроков включено изучение основных разделов физической культуры: теория, гимнастика (с элементами акробатики), легкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка с учетом материально-технической базы учебного учреждения.

Каждый из практических разделов рабочей программы составлен в соответствии с задачами обучения и имеет единую структуру: теоретические сведения по виду спорта, умения, навыки, составляющие содержание обучения, упражнения для развития двигательных качеств и навыков, требования к учащимся.

**Целью физического воспитания** в школе является содействие всестороннему развитию личности обучающихся. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Решение **задач физического воспитания** учащихся 6 классов направленно на:

- содействие гармоничному физическому развитию, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основе системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- 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.

#### ***Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане.***

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение ФК в 6 классе выделяется 102 ч.(3 часа в неделю).

Общее количество учебного времени распределено между всеми видами физической подготовки. Большой удельный вес приходится на организацию и проведение занятий на свежем воздухе. В системе уроков по данной программе используются различные виды мониторингов, которые помогают наблюдать в динамике за физическим развитием каждого школьника.

Содержание календарно – тематического планирования при 3 (трех) учебных занятиях в неделю основного общего образования по физической культуре направлено в первую очередь на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, соответственно, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре. Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика.

#### **Основная учебная литература**

1 М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов. Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского; Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

2 Комплексная программа общеобразовательных учреждений физического воспитания для 1-11 классов. В.И. Лях. А.А. Зданевич – М.: Просвещение, 2008г;

3 Федеральный государственный стандарт основного общего образования

4 Киселев, П.А., Киселева С.Б «Справочник учителя физической культуры»; Волгоград: «Учитель», 2008.

Рабочая программа по физической культуре ориентирована на учащихся **7 классов** и реализуется на основе следующих документов:

- Приказ Министерства образования РФ от 05.03.2004г №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (с изменениями, внесенными приказами Министерства образования и науки Российской Федерации от 3 июня 2008 г. № 164, от 31 августа 2009 г. № 320, от 19 октября 2009 г. № 427, от 10 ноября 2011 г. № 2643 и от 24 января 2012 г. № 39);

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12. 2012 г № 1067 « Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2012-2013 учебный год»;

- Письмо Департамента государственной политики в образовании от 07.07.2005 № 03-1263 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана»;

- Учебный план Муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 5» на 2013-2014 учебный год;

Рабочая программа учебного предмета "Физическая культура" (7 класс) разработана на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов под руководством доктора педагогических наук В.И. Ляха и кандидата педагогических наук А.А. Зданевича, охватывающая все основные компоненты системы физического воспитания.

*Общая характеристика учебного предмета.*

Предметом обучения физической культуры в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

В систему уроков включено изучение основных разделов физической культуры: теория, гимнастика (с элементами акробатики), легкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка с учетом материально-технической базы учебного учреждения.

Каждый из практических разделов рабочей программы составлен в соответствии с задачами обучения и имеет единую структуру: теоретические сведения по виду спорта, умения, навыки, составляющие содержание обучения, упражнения для развития двигательных качеств и навыков, требования к учащимся.

*Целью физического воспитания* в школе является содействие всестороннему развитию личности обучающихся. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Решение *задач физического воспитания* учащихся 7 классов направленно на:

- содействие гармоничному физическому развитию, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основе системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- 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.

*Место уроков физкультуры в учебном плане.*

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение ФК в 7 классе выделяется 102 ч.

Общее количество учебного времени распределено между всеми видами физической подготовки. Большой удельный вес приходится на организацию и проведение занятий на свежем воздухе. В системе уроков по данной программе используются различные виды мониторингов, которые помогают наблюдать в динамике за физическим развитием каждого школьника.

Содержание календарно – тематического планирования при 3 (трех) учебных занятиях в неделю основного общего образования по физической культуре направлено в первую очередь на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, соответственно, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре. Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика.

### **Основная учебная литература**

1 М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов. Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского; Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

2 Комплексная программа общеобразовательных учреждений физического воспитания для 1-11 классов. В.И Лях. А.А. Зданевич – М.: Просвещение, 2008г;

3 Федеральный государственный стандарт основного общего образования

4 Киселев, П.А., Киселева С.Б «Справочник учителя физической культуры»; Волгоград: «Учитель», 2008.

Рабочая программа по физической культуре ориентирована на учащихся **8 классов** и реализуется на основе следующих документов:

- Приказ Министерства образования РФ от 05.03.2004г №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (с изменениями, внесенными приказами Министерства образования и науки Российской Федерации от 3 июня 2008 г. № 164, от 31 августа 2009 г. № 320, от 19 октября 2009 г. № 427, от 10 ноября 2011 г. № 2643 и от 24 января 2012 г. № 39);

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12. 2012 г № 1067 « Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2012-2013 учебный год»;

- Письмо Департамента государственной политики в образовании от 07.07.2005 № 03-1263 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана»;

- Учебный план Муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 5» на 2013-2014 учебный год;

Рабочая программа учебного предмета "Физическая культура" (8 класс) разработана на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов под руководством доктора педагогических наук В.И. Ляха и кандидата педагогических наук А.А. Зданевича, охватывающая все основные компоненты системы физического воспитания.

*Общая характеристика учебного предмета.*

Предметом обучения физической культуры в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

В систему уроков включено изучение основных разделов физической культуры: теория, гимнастика (с элементами акробатики), легкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка с учетом материально-технической базы учебного учреждения.

Каждый из практических разделов рабочей программы составлен в соответствии с задачами обучения и имеет единую структуру: теоретические сведения по виду спорта, умения, навыки, составляющие содержание обучения, упражнения для развития двигательных качеств и навыков, требования к учащимся.

*Целью физического воспитания* в школе является содействие всестороннему развитию личности обучающихся. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Решение *задач физического воспитания* учащихся 8 классов направленно на:

- содействие гармоничному физическому развитию, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основе системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- 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.

*Место уроков физкультуры в учебном плане.*

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение ФК в 8 классе выделяется 102 ч.

Общее количество учебного времени распределено между всеми видами физической подготовки. Большой удельный вес приходится на организацию и проведение занятий на свежем воздухе. В системе уроков по данной программе используются различные виды мониторингов, которые помогают наблюдать в динамике за физическим развитием каждого школьника.

Содержание учебных занятий основного общего образования по физической культуре направлено в первую очередь на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, соответственно, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре.



## Основная учебная литература

1 М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов. Физическая культура 8-11 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского; Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

2 Комплексная программа общеобразовательных учреждений физического воспитания для 1-11 классов. В.И. Лях. А.А. Зданевич – М.: Просвещение, 2008г;

3 Федеральный государственный стандарт основного общего образования

4 Киселев, П.А., Киселева С.Б «Справочник учителя физической культуры»; Волгоград: «Учитель», 2008.

Содержание данной рабочей программы для **9 классов** при трёх учебных занятиях в неделю основного общего и среднего (полного) образования по физической культуре направлено в первую очередь на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, соответственно, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре.

Помимо выполнения обязательного минимума содержания основных содержательных программ, включается и дифференцированная часть физической культуры.

Данная программа рассчитана на условия типовых образовательных учреждений со стандартной базой для занятий физическим воспитанием и стандартным набором спортивного инвентаря.

**Целью** физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих **задач**, направленных на:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- 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.

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ученика, его самоопределения. В этой связи в основе принципов дальнейшего развития системы физического воспитания лежат идеи личностного и деятельного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

рабочая программа по физической культуре ориентирована на учащихся **10 классов** и реализуется на основе следующих документов:

- Приказ Министерства образования РФ от 05.03.2004 г. №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (с изменениями, внесенными приказами

Министерства образования и науки Российской Федерации от 3 июня 2008 г. № 164, от 31 августа 2009 г. № 320, от 19 октября 2009 г. № 427, от 10 ноября 2011 г. № 2643 и от 24 января 2012 г. № 39);

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12. 2012 г № 1067 « Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2012-2013 учебный год»;

- Письмо Департамента государственной политики в образовании от 07.07.2005 № 03-1263 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана»;

- Учебный план Муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 5» на 2013-2014 учебный год;

Рабочая программа учебного предмета "Физическая культура" (10 класс) разработана на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов под руководством доктора педагогических наук В.И. Ляха и кандидата педагогических наук А.А. Зданевича, охватывающая все основные компоненты системы физического воспитания.

*Общая характеристика учебного предмета.*

Предметом обучения физической культуры в старших классах средней школы является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

*Целью уроков физкультуры* в старших классах средней школы 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.

Задачи физического воспитания учащихся 10 – 11 классов направлены на:

- содействие гармоничному физическому развитию, выработке умений использовать 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 физиологической подготовленности;

- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;

- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных (быстроты перестроения двигательных действий, согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.) способностей;

- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значений занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;

- закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта;

- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;

- дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

В систему уроков включено изучение основных разделов физической культуры: теория, гимнастика (с элементами акробатики), легкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка..

Каждый из практических разделов рабочей программы составлен в соответствии с задачами обучения и имеет единую структуру: теоретические сведения по виду спорта, умения, навыки, составляющие содержание обучения, упражнения для развития двигательных качеств и навыков, требования к учащимся.

*Место уроков физкультуры в учебном плане.*

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение ФК в 10 классе выделяется 102 ч.(3 часа в неделю).

### Основная литература

<i>n/n</i>	<i>Л</i>	<i>Название</i>	<i>Автор</i>	<i>Издательство</i>	<i>Год издания</i>
Учебник					
1		«Физическая культура» учебник для учащихся 10 – 11 классов общеобразовательных учреждений	В.И. Лях, Л.Е. Любомирский, Г.Б. Мейксон	Москва «Просвещение»	2006
Методическая литература для учителя					
1		Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов	В. И. Лях, А. А. Зданевич	Москва, «Просвещение»	2008
2		Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя	В. И. Лях	Москва	1998
3		Настольная книга учителя физической культуры	Л. Б. Кофман	Москва	2000
4		Физическая культура 1-11 классы (развернутое тематическое планирование по комплексной программе В.И.Ляха, Л.Б.Кофмана, Г.Б.Мейксона)	М.И.Васильева, И.А. Гордияш и др.	Волгоград «Учитель»	2010
5		Физическая культура 10-11 классы	В.И.Лях, А.А. Зданевич	Москва, «Просвещение»	2008

Предметом обучения физической культуры в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

**Целью уроков физкультуры** в старших классах средней школы 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.

**Задачи** физического воспитания учащихся **11** классов направлены на:

- содействие гармоничному физическому развитию, выработке умений использовать 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 физиологической подготовленности;
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных (быстроты перестроения двигательных действий, согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.) способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значений занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;
- закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;
- дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

В систему уроков включено изучение основных разделов физической культуры: теория, гимнастика (с элементами акробатики), легкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка с учетом материально-технической базы учебного учреждения.

Каждый из практических разделов рабочей программы составлен в соответствии с задачами обучения и имеет единую структуру: теоретические сведения по виду спорта, умения, навыки, составляющие содержание обучения, упражнения для развития двигательных качеств и навыков, требования к учащимся.

#### **Место уроков физкультуры в учебном плане.**

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение ФК в каждом классе выделяется 102 ч. в год, 3 раза в неделю.

Общее количество учебного времени распределено между всеми видами физической подготовки. Большой удельный вес приходится на организацию и проведение занятий на свежем воздухе.

### **Основная литература**

<i>n/n</i>	<i>Л</i>	<i>Название</i>	<i>Автор</i>	<i>Издательство</i>	<i>Год издания</i>
		Учебник			
1		«Физическая культура»	В.И.	Москва	2006

	учебник для учащихся 10 – 11 классов общеобразовательных учреждений	Лях, Л.Е. Любомирский, Г.Б. Мейксон	«Просвещение»	
Методическая литература для учителя				
1	Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов	В. И. Лях, А. А. Зданевич	Москва, «Просвещение»	2008
2	Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя	В. И. Лях	Москва	1998
3	Настольная книга учителя физической культуры	Л. Б. Кофман	Москва	2000
4	Физическая культура 1-11 классы (развернутое тематическое планирование по комплексной программе В.И.Ляха, Л.Б.Кофмана, Г.Б.Мейксона)	М.И.Васильева, И.А. Гордияш и др.	Волгоград «Учитель»	2010
5	Физическая культура 10-11 классы	В.И.Лях, А.А. Зданевич	Москва, «Просвещение»	2008