

**Аннотация к рабочей программе
по физической культуре для 1, 2, 3, 7, 9, 10, 11-х классов**

Название курса	Физическая культура
Класс	1
Количество часов	102
Составитель	Ткаченко Александр Николаевич
Цель курса	<p>Целью образования в области физической культуры в 1 классе является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.</p> <p>В рамках реализации этой цели настоящая программа для учащихся 1 класса ориентируется на решение следующих задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; 2. формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры; 3. овладение школой движений; 4. развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движения, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей; 5. формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей; 6. выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий; 7. формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни; 8. приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта; 9. воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.
Структура курса	1. Легкая атлетика

	<p>2. Гимнастика с основами акробатики</p> <p>3. Подвижные игры: «К своим флажкам», «Два мороза», «Класс, смирно!», «Октябрята», «Метко в цель», «Погрузка арбузов», «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит», «Волк во рву», «Посадка картошки», «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки», «Пятнашки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Точный расчет», «Удочка», «Компас»</p>
--	---

Название курса	Физическая культура
Класс	2
Количество часов	102
Составитель	Ткаченко Александр Николаевич
Цель курса	<p>Целью образования в области физической культуры в 2 классе является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.</p> <p>В рамках реализации этой цели настоящая программа для учащихся 2 класса ориентируется на решение следующих задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; 2. развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движения, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей 3. формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей; 4. выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий; 5. формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни; 6. приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта; 7. воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во

	время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.
Структура курса	1. Легкая атлетика 2. Гимнастика с основами акробатики 3. Подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совуш-ка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу»

Название курса	Физическая культура
Класс	3
Количество часов	102
Составитель	Ткаченко Александр Николаевич
Цель курса	<p>Целью образования в области физической культуры в 3 классе является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.</p> <p>В рамках реализации этой цели настоящая программа для учащихся 3 класса ориентируется на решение следующих задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма; 2. совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта; 3. формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности; 4. развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга; 5. обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.
Структура курса	1. Легкая атлетика 2. Гимнастика с основами акробатики 3. Подвижные игры на основе баскетбола: «Передал садись», «Мяч среднему», «Борьба за мяч» и др.

Название курса	Физическая культура
Класс	7

Количество часов	102
Составитель	Ткаченко Александр Николаевич
Цель курса	<p>Целью физического воспитания в 7 классе является 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.</p> <p>Развитие интереса к самостоятельным занятиям.</p> <p>Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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. Выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля; 3. Углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах; 4. Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время; 5. Выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи; 6. Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
Структура курса	<ol style="list-style-type: none"> 1. Легкая атлетика 2. Гимнастика с основами акробатики 3. Спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол

Название курса	Физическая культура
Класс	9
Количество часов	102
Составитель	Ткаченко Александр Николаевич
Цель курса	<p>Целью обучения физической культуре в 9 классе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.</p> <p>Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области</p>

	<p>физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развить физические качества и способности, совершенствовать функциональные возможности организма, укреплять индивидуальное здоровье; 2. Воспитать бережное отношение к собственному здоровью, потребность в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; 3. Овладеть технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогатить индивидуальный опыт специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта; 4. Освоить систему знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций; 5. Овладеть навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями. 6. Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей; 7. Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности; 8. Содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.
Структура курса	<ol style="list-style-type: none"> 1. Легкая атлетика 2. Гимнастика с основами акробатики 3. Спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол

Название курса	Физическая культура
Класс	10
Количество часов	102
Составитель	Ткаченко Александр Николаевич
Цель курса	<p>Целями физического воспитания в 10 классе являются:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содействие гармоничному физическому развитию, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам; 2. Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности; 3. Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях; 4. Дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно -

	<p>силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных (быстроты перестроения двигательных действий, согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.) способностей;</p> <p>5.Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;</p> <p>6.Закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта;</p> <p>7.Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;</p> <p>8.Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.</p>
Структура курса	<p>1.Легкая атлетика</p> <p>2.Гимнастика с основами акробатики</p> <p>3.Спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол</p>

Название курса	Физическая культура
Класс	11
Количество часов	102
Составитель	Ткаченко Александр Николаевич
Цель курса	<p>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 11 класса ориентируется на решение следующих задач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма; 2. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта; 3. Освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; 4. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими

	упражнениями; 5. Воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.
Структура курса	1. Легкая атлетика 2. Гимнастика с основами акробатики 3. Спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол