**Аннотация к рабочей программе по предмету «Физическая культура»**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование курса | «Физическая культура» |
| Класс | 8 |
| Количество часов | 102 |
| Составитель | Сарко Е.В. |
| Реализуемый УМК | Лях, В. И. Физическая культура. 8-9 кл. : учеб.для общеобразоват. учреждений /' В. И.. А. А. Зданевич ; под общ. ред. В. И. Ляха. - М. : Просвещение, 2015. |
| Цель курса | - содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешне среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;  - обучение основам базовых видов двигательных действий;  - дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;  - формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма;  - углублённое представление об основных видах спорта;  - приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;  - формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;  - содействие развитию психических процессов и обучению психическойсаморегуляции. |
| Срок реализации программы | 1 год |
| Место учебного предмета в учебном плане | Базовый уровень: 8 класс -102 часа (3 часа в неделю) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Личностными результатами**освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:  — активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и 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 общие интересы.  **Метапредметными результатами**освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:  — характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;  — находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;  — общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;  — обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;  — организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;  — планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;  — анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;  — видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;  — оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;  — 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.  **Предметные результататы**  **В результате изучения курса «Физическая культура» 8 класса ученик научится:**  организовывать самостоятельные систематические занятия физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; оказывать первую помощь при лѐгких травмах; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;  ·         производить наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования  стандартных физических нагрузок и функциональных проб;  ·         определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность еѐ воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;  ·          выполнять комплексы обшеразвиваюших, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;  ·         овладеть основами технических действий, приѐмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счѐт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.  ·         взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;  ·         проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.  ·         организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.  ·         организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;  ·         организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений при выполнении упражнений разной направленности (на развитие координационных способностей, силовых, скоростных, выносливости, гибкости) в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;  ·         осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, проводить занятия в качестве командира отделения, капитана команды, владея необходимыми информационными жестами.  **Ученик получит возможность научиться:**  понимать роль и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;  ·         отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной  направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учѐтом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;  ·         способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации  совместных занятий физическими упражнениями, доброжелательное и  уважительное отношение к участникам с разным уровнем их умений, физических способностей, состояния здоровья;  ·         преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке;  ·         отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности;  ·          способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;  ·         вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами. |
| Структура курса | Тема 1. «Лёгкая атлетика» (27 часов)  Тема 2. «Лыжная подготовка» (17 часов)  Тема 3. «Гимнастика» (18 часов)  Тема 4. «Баскетбол» (16 часов)  Тема 5. «Волейбол» (19 часов)  Тема 6. «Лапта» (5 часов) |