**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 организациисовместных занятий физическими упражнениями, доброжелательное иуважительное 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) |