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

**основное общее образование**

Рабочая программа по физической культуре для 7 класса составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897);

1. **Учебники:**

Лях, В.И. Физическая культура. 5-7 классы. – М.: Просвещение.

1. **Предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования:**

•рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;  
•характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;  
•раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;  
•разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;  
•руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;  
•руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;  
•составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;  
•классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;  
•самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;  
•тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами,  
контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;  
•выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;  
•выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);  
•выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;  
•выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;  
•выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);  
•выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;  
•выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;  
•выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;  
•выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

1. **Место предмета в учебном плане школы**

Рабочая программа разработана на основе учебного плана МБОУ «Ново-Идинская СОШ». Программа рассчитана на 68 ч 7 класс (34 учебных недели).