

**Аннотация к рабочей программе «Фитнес-технологии»
для 5 классов**

Название курса	Фитнес - технология
Класс	5
Количество часов	68
УМК	<ul style="list-style-type: none"> ▪ При поддержке Международной танцевальной организации (International Dance Organization). [Электронный ресурс].2007.-Режим доступа:www.ido-online.com.-Дата доступа:11.12.2007. ▪ Приказ № 413 от 17.06.2012 г Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования http://standart.edu.ru ▪ Учебный план Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 80 с углубленным изучением английского языка на 2017-2018 учебный год. <p>Основой для создания программы является «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классы, раздел гимнастика» В.И. Ляха</p>

Цель курса	<p>Цель учебного предмета «Физическая культура»: 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. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.</p>
------------	--

Структура курса

№	Содержание	Количество часов				
		I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	V год
		15	19	19	15	68
1	Основы знаний	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
2	Черлидинг	9	-		12	21
3	ОФП	-	11	15	-	25
4	Составление и отработка комплексов	6	8	4	3	21

Название курса	Физическая культура
Класс	9г
Количество часов	102
УМК	- Примерной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2011).
Цель курса	Цель учебного предмета «Физическая культура»: 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. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Структура курса

№	Содержание	Количество часов				
		I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	В год
Базовая часть		17	21	15	10	63
1	Основы знаний	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
2	Адаптивная ФК	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
3	Легкая атлетика	11			10	21
4	Гимнастика с основами акробатики	6	15			21
5	Спортивные игры		6	15		21
Вариативная часть		10	0	15	14	39
1	Баскетбол			15	6	21
2	Кроссовая подготовка	10			8	18
	Итого	27	21	30	24	102

Название курса	Физическая культура
Класс	10 девушки
Количество часов	102
УМК	Примерной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2011).
Цель курса	Цель учебного предмета «Физическая культура»: 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. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Структура курса

Содержание	Количество часов				
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	В год
Базовая часть	17	21	15	10	63
Основы знаний	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
Адаптивная ФК	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
Легкая атлетика	11			10	21
Гимнастика с основами акробатики	6	15			21
Спортивные игры		6	15		21
Вариативная часть	10	0	15	14	39
Спортивные игры			15	6	21
Атлетические единоборства(ю), элементы базовой, степ-, фитбол- и танцевальной аэробики	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
Кроссовая подготовка	10			8	18
Итого	27	21	30	24	102

Название курса	Физическая культура
Класс	11 девушки
Количество часов	102
УМК	Примерной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2011).
Цель курса	Цель учебного предмета «Физическая культура»: 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. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Структура курса

Содержание	Количество часов				
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	В год
Базовая часть	17	21	15	10	63
Основы знаний	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
Адаптивная ФК	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
Легкая атлетика	11			10	21
Гимнастика с основами акробатики	6	15			21
Спортивные игры		6	15		21
Вариативная часть	10	0	15	14	39
Спортивные игры			15	6	21
Атлетические единоборства(ю), элементы базовой, степ-, фитбол- и танцевальной аэробики	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
Кроссовая подготовка	10			8	18
Итого	27	21	30	24	102

Название курса	Физическая культура
Класс	5в
Количество часов	102
УМК	Примерной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2011).
Цель курса	Цель учебного предмета «Физическая культура»: 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. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Структура курса

№	Содержание	Количество часов				
		I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	В год
Базовая часть		17	21	15	10	63
1	Основы знаний	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
2	Адаптивная ФК	В течении уроков на протяжении всего учебного года				
3	Легкая атлетика	11			10	21
4	Гимнастика с основами акробатики	6	1 5			21
5	Спортивные игры		6	15		21
Вариативная часть		10	0	15	14	39
1	Баскетбол			15	6	21
2	Кроссовая подготовка	10			8	18
Итого		27	2 1	30	24	10 2