

# **Аналитическая справка о внесенных изменениях и особенностях программ по предмету «Физическая культура»**

Внесены изменения в рабочую программу по предмету «Физическая культура» и программы дополнительного образования детей с целью подготовки обучающихся к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Приложение  
к основной образовательной программе

## **МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

### **«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 7»**

#### **ГОРОДА РЖЕВА ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ**

#### **РАССМОТРЕНО**

#### **СОГЛАСОВАНО**

#### **УТВЕРЖДАЮ**

Методическим объединением  
учителей \_\_\_\_\_ цикла  
МОУ «СОШ №7»

Заместителем директора  
по учебной работе  
МОУ «СОШ №7»

Директор МОУ «СОШ №7»

\_\_\_\_\_/ФИО  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2016 г.  
протокол № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/Е.В. Ильчук  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2017 г.

\_\_\_\_\_/ Т.Н. Наветная  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2016 г.  
приказ № \_\_\_\_\_

#### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета**

**«Физическая культура»**

Уровень образования: базовый

Классы: 1-11

Разработана:  
Савиной М.А.  
учителем физической культуры,  
высшей категории

г. Ржев  
2016 год

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена на основе Федерального компонента государственного образовательного стандарта, Примерной программы основного общего образования по физической культуре и ориентирована на использование УМК линии авторов Ляха В.И., Зданевича А.А, а также с учётом Методических рекомендаций по разработке учебных программ по предмету «Физическая культура» с внедрением норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО для общеобразовательных учреждений.

Изучение физической культуры на ступени основного общего образования направлено на достижение следующих целей:

- Развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- Воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- Освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.
- Использование ценностей физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения результатов в физическом совершенстве, в эффективной подготовке и результативной сдаче норм ВФСК ГТО.

При организации обучения по физической культуре решаются следующие задачи:

- Закрепить навыки правильной осанки, воспитывать ценностные ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- Дать углубленное представление о видах спорта (легкая атлетика, гимнастика, баскетбол, волейбол, футбол, лыжные гонки, плавание) , соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- Выработать представление о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- Внедрить элементы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в образовательный процесс;
- Воспитывать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранным видам спорта в свободное время.

При составлении программы учитывались рекомендации по организации учебного процесса по физкультуре, определенные следующими документами:

- Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. N 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО);

## **Содержание программы**

Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.

Исторические данные о создании и развитии ГТО (БГТО).

Новый комплекс ВФСК ГТО. Структура комплекса ГТО .Требования к сдаче нормативов и др.

## Программа

### внеурочной деятельности «Подготовка к сдаче комплекса ГТО»

#### Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана на основе примерной программы «Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО»; при составлении использовалось учебное пособие для общеобразовательных организаций/ В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – М., Просвещение, 2016, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, Положением о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», основной образовательной программы основного общего образования МОУ «СОШ №7». При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Программа предусматривает ориентацию на следующие *цели*:

- внедрение комплекса ГТО в систему физического воспитания школьников;
- повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих *задач*:

- создание положительного отношения школьников к комплексу ГТО, мотивирование к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;
- углубление знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, приобретенных на уроках физической культуры;
- развитие основных физических способностей (качеств) и повышение функциональных возможностей организма;
- обогащение двигательного опыта учащихся физическими упражнениями с общеразвивающей и прикладной направленностью, техническими действиями видов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- формирование умений максимально проявлять физические способности при выполнении видов испытаний (тестов) комплекса ГТО.