

Аннотация к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура» для обучающихся 5 – 9 классов

1. Сведения о программе учебного предмета

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, Физическая культура. Примерной рабочей программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И.Ляха.5-9 классы : учеб.пособие для общеобразовательных организаций/В.И. Лях. – 6-е изд. – М.: Просвещение, 2019. –104с.);

Цели и задачи изучения предмета «Физическая культура»

Целью школьного физического воспитания является 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* школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

2. Учебно - методический комплекс

- Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я. Виленского. Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, Москва «Просвещение» 2017.
- Физическая культура. Примерные рабочие программы. Лях В.И. 5-9 классы. Москва «Просвещение» 2019.

3. Уровень освоения предмета: базовый

4. Количество учебных часов: 68 часов (2 часа в неделю, 34 учебных недель)