

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 5-9 классы

Рабочая программа по физической культуре для 5-9 классов **составлена в соответствии** с Федеральным государственным образовательным стандартом второго поколения основного общего образования и Рабочей программой по физической культуре М. Просвещение 2013 для 5-9 классов.

Актуальность.

В системе школьного образования учебный предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания личности. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня, внеклассной работы, физкультурно– массовыми и спортивными мероприятиями – достигается формирование физической культуры личности. Программа включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность. Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, создают максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

1.2. Общая **цель** учебного предмета:

*формирование разносторонне развитой личности, способной активно использовать ценности по физической культуре для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи обучения:

* содействие гармоничному физическому развитию, закреплению навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

*обучение основных 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 (скоростных, скоростно-силовых, выносливости, силы и гибкости) способностей;

* формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

* выработка представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;

* углубленное представление 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 дисциплинированности, инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, чувства ответственности;

* содействие развитию психических процессов и обучению основам психической саморегуляции.

1.3 Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

На изучение предмета отводится 510 часов. В том числе:

в 5 классе - 102 часа, (3 часа в неделю)

в 6 классе – 102 часа, (3 часа в неделю)

в 7 классе – 102 часа, (3 часа в неделю)

в 8 классе – 102 часа, (3 часа в неделю)

в 9 классе – 102 часа, (3 часа в неделю)

1.4 УМК: 1) Виленский М.Я. Физическая культура 5-7 кл. М.Просвещение. 2020;

2) Лях В.И., Физическая культура 8-9 кл. М.Просвещение. 2020

