

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
5-9 класс

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» обязательной предметной области «Физическая культура» составлена на основе: Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования; примерной программы основного общего образования; авторской комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (автор В.И. Лях).

Срок реализации рабочей программы 5 лет с 5 по 9 класс.

Данная программа обеспечивается линией учебно-методических комплектов по физической культуре для 5-7 классов и 8-9 классов под редакцией В.И. Ляха, выпускаемых издательством «Просвещение».

Цели образования по физической культуре:

- формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни;
- 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;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Задачи физического воспитания учащихся направлены на:

- содействие гармоничному развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий; дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма;
- углублённое представление об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции.

Общее число часов, отведённых на изучение предмета «Физическая культура» — 510 (три часа в неделю).

Рабочая программа содержит следующие разделы:

1. Знания о физической культуре
2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности
3. Физическое совершенствование:

Предусмотрены следующие виды контроля: текущий, мониторинг физической подготовленности.