

Аннотация
к рабочей программе по физической культуре
5-9 классы

Рабочая программа по физической культуре для учащихся 5-9-х классов разработана на основании:

Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 1897 от 17 декабря 2010 г.

В федеральном базисном учебном плане на предмет физической культуры в 5 –8 классах выделяется 105 часов - 3 учебных часа в неделю, 35 недель, в 9 классе -102 часа - 3 учебных часа в неделю, 34 недели.

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания в 5-9 классе обеспечивается решением следующих основных задач направленных на:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации 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 (скоростно-силовых, скоростных, 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;
 - выработку представлений о физической культуре личности и приемах 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.

Предметом обучения физической культуре в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Важнейшим требованием современного урока является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола и физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575808

Владелец Левченко Елена Геннадьевна

Действителен с 18.06.2021 по 18.06.2022