

Аннотация

**к рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура»
основного общего образования**

Название предмета	Физическая культура
Класс	5-9
Количество часов	Программа рассчитана на 510 ч, предусмотренных в учебном плане основного общего образования для образовательных учреждений Российской Федерации. Обязательное изучение физической культуры осуществляется в объёме: 5 класс — 102 ч, 6 класс — 102ч, 7 класс — 102ч, 8 класс— 102 ч, 9 класс — 102 ч.
Программа	Программа разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в ФГОС ООО, федеральной рабочей программы воспитания, Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» и предусматривает непосредственное применение при реализации ООП ООО.
Учебник	М.Я. Виленский, И.М. Туревский. Физическая культура 5-7 классы. М.: Просвещение. В.И. Лях, А.А.Зданевич. Физическая культура 8-9 класс. М.: Просвещение.
Цель и задачи изучения предмета	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. <u>Задачи:</u> • содействие гармоничному физическому развитию, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены; • обучение основам базовых видов двигательных действий; • развитие координационных 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; • воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время; • воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности; • содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.