

Аннотация к рабочей программе по физической культуре
основное общее образование, 5-9 классы

Наименование программы	Рабочая программа по физической культуре
Основной разработчик программы	ШМО учителей эстетического цикла
Адресность программы	Основное общее образование 5-6-7-8-9 классы
УМК	Физическая культура. 5-9 классы: учебник В.И. Лях.-М.: Просвещение, 2019.
Основа программы	-Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, -Примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15) -авторская программа В.И. Лях «Физическая культура. 5-9 классы», Москва «Просвещение», 2013 г.
Цели и задачи программы:	<p>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.</p> <p>Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 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 фи-

	<p>зическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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.
Срок реализации	5 лет
Количество часов в неделю	5 – 9 классы – 3 часа; 6