

Аннотация к рабочей программе по физкультуре 5а-9а классов

Рабочая программа по физической культуре для 5а-9а х классов, разработана на основе примерной программы по физической культуре ООО; авторской программы «Физическая культура 5-9 классы» авт. В.И. Лях, Просвещение, 2013 г.

Нормативная база и содержание курса основана на положениях нормативно – правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования;

- Концепции духовно – нравственного развития и воспитания личности гражданина;

- Закона РФ «Об образовании в РФ»;

- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;

Цель физического воспитания – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих основных **задач:**

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга.

Учебный план (количество часов) для 5 - 9 класс, 3 часа в неделю, 102 часа в год.