

## Аннотация к учебным программам учебного предмета «Физическая культура» (5-9 класс).

Учебная программа по предмету «Физическая культура» для 5-9 классов составлена на основе ООП ООО МБОУ Устино-Копьёвская СОШ с учётом учебного плана ОУ.

**Цель** преподавания физической культуры в школе - 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций 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 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.

В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников бережного отношения к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. На изучение учебного курса «Физическая культура» в 5-8 классах в учебном плане отводится 2 часа в неделю, 68 часа в год. Час двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся проводится во внеурочной деятельности. 9 класс в 2018-2019 учебном году занимается по ФКГООС (3 часа в неделю), переход на ФГОС осуществится в 2019-2020 учебном году.

С целью предоставления равных возможностей всем ученикам обучение построено на дифференцированном и индивидуальном подходе в изучении предмета. Индивидуальные особенности каждого ученика учитываются при планировании уроков.

Программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания,

объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

