

Аннотация к рабочей программе учебной дисциплины «Физическая культура» 7-9 класс

Программа составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 (с изменениями и дополнениями);
- санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях СанПиН 2.4.2.2821-10, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 189 в ред. от 24.11.2015 г. (с изменениями на 1 марта 2021г);
- примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15);
- образовательная программа ООО ЦДО «Медицинский предуниверсарий» СГМУ им. В.И. Разумовского (ФГОС);
- авторская программа В. И. Лях, А. А. Зданевич. М.: Просвещение, 2021.

Программа рассчитана на 210 учебных часов за 3 года обучения: 70 учебных часов в год, 2 часа в неделю в 7 классе; 70 учебных часов в год, 2 часа в неделю в 8 классе; 70 учебных часов в год, 2 часа в неделю в 9 классе.

Изучение физической культуры в основной школе направлено на достижение следующей **цели**: формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи предмета:

1. 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;

2. обучение основам базовых видов двигательных действий;

3. 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;

4. формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

5. выработка представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;

6. углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

7. воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

8. выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

9. формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

10. воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

11. содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Изучение физической культуры в 7-9 классах направлено на формирование следующих компетенций:

- учебно-познавательной;
- ценностно-ориентационной;
- рефлексивной;
- коммуникативной;
- информационной;
- социально-трудовой.