

Аннотация
к рабочей программе по учебному предмету
«Физическая культура» ФГОС ООО

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования в соответствии с Примерной программой, программой курса «Физическая культура» 5-9 класс, автор В. И. Лях, Москва, «Просвещение», 2020 г., и направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре, 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.

Способствует:

- укреплению здоровья, развитию основных физических качеств и повышению функциональных возможностей организма;
- формированию культуры движений, обогащению двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоению знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучению навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитанию положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.
- овладению техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Самостоятельному проведению занятий по обучению двигательных действий, анализу особенности их выполнения, выявлению ошибок и устранения их;

Выполнению комплексов упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

Выполнению общеразвивающих упражнений, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

Выполнению акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

Выполнению гимнастических комбинаций на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

выполнению легкоатлетических упражнений в беге и в прыжках (в длину и высоту);

выполнению спусков и торможений на лыжах с пологого склона;

выполнению основных технических действий и приемов играх в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

выполнению передвижения на лыжах различными способами, демонстрацию техники последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;

выполнению тестовых упражнений для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Общее количество часов,
отводимых на изучение предмета: 348 часов