

Аннотация к рабочей программе по предмету Физическая культура

Целью реализации рабочей программы по физической культуре является формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Специфической целью школьного физического воспитания является 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.

Достижение поставленных целей предусматривает решение следующих **основных 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, 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, дисциплинированности, чувства ответственности;

содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

В рабочую программу по предмету «Физическая культура» интегрированы военная и воспитательная составляющие, которые логично встроены в темы и разделы учебного предмета с учетом его специфики.

Рабочая программа по физической культуре составлена с учетом военной направленности образования, подготовки суворовцев к осознанному выбору военной профессии и поступлению в военные ВУЗы Министерства обороны Российской Федерации. В содержание уроков интегрированы задания и упражнения, имеющие военную тематику.

Рабочая программа составлена с учетом концепции преподавания физической культуры (29.12.2018 в рамках ФЗ № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации») и включает подготовку суворовцев к сдаче норм ГТО, а также теоретические занятия, направленные на популяризацию здорового образа жизни, формирования спортивного поведения и антидопингового мировоззрения.

Рабочая программа по физической культуре для 5-9 класса составлена на основе примерной программы и авторской программы «Физическая культура 5 - 9 классы» Лях В.И., изд. Просвещение 2021 г., учебников

«Физическая культура 5-6-7 классы» под редакцией М.Я.Виленского изд. Просвещение 2017 г., «Физическая культура 8-9 класс» Лях В.И., изд. Просвещение 2021 г.

Предмет «Физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» и обязательную часть учебного плана. Изучается из расчёта 3 часа в неделю. Рабочая программа рассчитана на 105 часов в 5-8 классах и 102 часа в 9 классе.