

Аннотация к рабочей программе по физической культуре

Программа по физической культуре основного общего образования разработана в соответствии с требованиями обновленного Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) и с учетом Примерной основной образовательной программы основного общего образования (ПООП ООО).

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации. В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных учреждений, требования учителей и методистов о необходимости обновления содержания образования, внедрения новых методик и технологий в образовательно-воспитательном процессе.

Цель изучения дисциплины

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. Формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Структура дисциплины

Знания о физической культуре: история физической культуры, основные понятия физической культуры, физическая культура человека. Способы двигательной деятельности.

Физическое совершенствование: гимнастика с элементами акробатики, легкая атлетика, лыжные гонки, спортивные игры баскетбол, волейбол, элементы единоборств.

Основные образовательные технологии

В процессе изучения дисциплины используется как традиционные, так и инновационные технологии проектного, игрового, ситуативно-ролевого, объяснительно-иллюстративного обучения и т.д.

Требования к результатам освоения дисциплины

Учащиеся **должны знать и уметь** технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения; разрабатывать индивидуальный двигательный режим; подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности; контролировать

и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений. Добиваться оздоровительного эффекта; управлять своими эмоциями, владеть культурой общения; соблюдать правила техники безопасности и профилактики травматизма; пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий.

Формы контроля

Тестирование физических контрольных упражнений, техники выполнения физических упражнений, опрос теоретических знаний, защита рефератов.

В соответствии с ФГОС ООО физическая культура является обязательным предметом на уровне основного общего образования.

Данная программа предусматривает изучение предмета «Физическая культура» в объеме 3 недельных часа в 5-9 классах.