

Аннотация к рабочим программам по физической культуре 5-9, 10-12 классы

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для 5-9 и 10-12 классов разработана и составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы, представленных в ФГОС ООО в соответствии:

- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 2-11 классы. - М.: Просвещение, 2012 год);
- с авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012) и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 5—9, 10-11 классы» (М.: Просвещение).2014.

Целью предмета «Физическая культура» в основной школе 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. Учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей учащихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Задачи курса:

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. формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
3. выработка представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
4. углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах.
5. формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
6. содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции.

Количество часов: в 9 классе – 102 часа (34 часа - очно, 68 - заочно), в 10 классе – 68 часов (34 часа – очно, 34 часа- заочно), в 11 классе- 68 часов, (34 часа – очно, 34 часа-заочно) в 12 классе 68 часов(34 часа – очно, 34 часа -заочно). Форма обучения очно-заочная.