

## **Аннотация к рабочей программе по физической культуре основного общего образования для 9 класса.**

Рабочая программа по физической культуре для 9 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, Примерной программы основного общего образования по физической культуре, рекомендованной письмом Департамента государственной политики в образовании Минобрнауки России от 07.07. 2005 г № 03-1263, программы по физической культуре для общеобразовательных учреждений (5-9 классы), авторы: В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2014., Образовательной программы МБОУ «Новокурская ООШ» по реализации федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФК ГОС) с учётом типа (общеобразовательное учреждение) и вида (основная общеобразовательная) учреждения, а также образовательных потребностей и запросов участников образовательного процесса. Рабочая программа направлена на изучение и повторение учебного материала, на развитие физических способностей и укрепление здоровья учащихся. Данная программа будет реализована на базовом уровне в соответствии с учебным планом и годовым календарным графиком ОУ в расчёте – 3 часа в неделю, 102 часа в год. Рабочая программа ориентирована на учебник «Физическая культура» В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2014.

Изучение физической культуры в 9 классе направлено на достижение следующих **целей**:

- 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;
- развитие основных физических качеств и способностей, укрепления здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;
- приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

В соответствии с целью образовательной области формируются **задачи** учебного предмета:

- создание представлений об индивидуальных особенностях, адапционных свойств организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья, поддержки оптимального функционального состояния;
- обучение основам знаний педагогики, психологии, физиологии и гигиены физкультурной деятельности, профилактики травматизма, коррекции осанки и телосложения;
- формирование практических умений в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой с различной функциональной и социально ориентированной направленностью;
- гармонизация физической и духовной сфер, формирование потребностей в культуре движений, красивом телосложении, оптимальном физическом развитии и крепком здоровье;
- формирование навыков и умений использовать физическую культуру как средство воспитания подрастающего поколения, укрепления будущей семьи и утверждения здорового образа жизни.

Результаты освоения учебного предмета.

Требования к уровню физической подготовленности учащихся в результате изучения физической культуры ученик должен знать:

- особенности развития избранного вида спорта;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма, и оказания первой доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, правила использования спортивного инвентаря и оборудования.

уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
  - егкоатлетические упражнения, технические действия спортивных игр;
  - выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
  - осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
  - соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
  - осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;
  - управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
  - использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для использования современного спортивного инвентаря и оборудования, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой;
  - использования приобретенных знаний и умений в практическую деятельность в повседневной жизни;
  - включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.
- соблюдать правила:
- личной гигиены и закаливания организма;
  - организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
  - профилактики травматизма и оказания первой медицинской помощи.
- проводить:
- самостоятельные занятия и тренировки;
  - контроль физической работоспособности, уровня физического развития;
  - упражнения по профилактике и коррекции отклонений в состоянии здоровья;
  - занятия оздоровительной направленности с группой обучающихся.
- определять:
- уровни физического развития и двигательной подготовленности;
  - дозировку физической нагрузки;
  - физическую работоспособность.
- демонстрировать физические способности:
- скоростные;
  - силовые;
  - скоростно-силовые;
  - выносливости, гибкости, координации.