

## **Аннотация к рабочей программе по физической культуре**

**Целью** физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры.

**Задачи** физического воспитания учащихся **направлены:**

- на содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма;
- углубленное представление об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием, любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции.

### **Описание места предмета Физическая культура в учебном плане**

Предмет «Физическая культура» является составной частью общей культуры и частью подготовки учащегося в течение периода обучения.

Согласно учебному плану МБОУ «СОШ № 4». Всего на изучение физической культуры в основной школе выделяется 510 часов, из них по 102 часа в 5-9 классах (3ч. в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

Период основной школы характеризуется обучением основам базовых видов двигательных действий (базовые виды спорта), дальнейшим развитием координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движения) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости), а также сочетание этих способностей. Уроки физической культуры в V-IX классах содержат богатый материал для воспитания волевых качеств (инициативность, самостоятельность, смелость, дисциплинированность, чувство ответственности), а также нравственных и духовных сторон личности, таких как честность, милосердие, взаимопомощь, отзывчивость и т.д. Физические, нравственные, волевые и духовные качества личности воспитанности на каждом этапе комплексно, и выделить обособленность на каждой ступени образования не возможно.

Для спортивных секций и уроку физической культуры материалом по общей физической подготовке является единым. Цель внеурочных форм деятельности состоит в том, что бы на основе интересов и склонностей учащихся углубить знания, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в базовых видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств и приобщать школьника к регулярным занятиям физической культурой спортом.