

Аннотация к рабочей программе по физической культуре

учителя физической культуры Профатиловой Марины Геннадьевны
Рабочая программа по физической культуре для 7-11 класса составлена на основе Комплексной программы физического воспитания учащихся 5-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич.(5-е издание М.:Просвещение,2011). Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации. **Цели:**

- 1.Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.
- 2.Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью
- 3.Овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта.
- 4.Освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций.
- 5.Приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Задачи.

1. Содействие гармоничному физическому развитию ,выработка умений использовать физические упражнения ,гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья , противостояние стрессам.
- 2.Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности.
- 3.Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях.
- 4.Дальнейшее развитие кондиционных и координационных способностей.
- 5.Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовке к службе в армии.
- 6.Закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта.
- 7.Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания.

8. Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

Предмет изучается: в 5-8 классах — 105 ч в год, в 9-11 классе — 102 ч в год (при 3 ч в неделю).