

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 9 класс.

Рабочая программа для 9 класса разработана на основе Комплексной программы физического воспитания и может применяться к учебной программе по физической культуре, для учащихся 10-11 классов В.И.Лях и А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2012 год)

Программа рассчитана на 102 часа, 3 часа в неделю.

Программа направлена на изучение физической культуры на базовом уровне, для достижения следующих **целей**:

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление здоровья;
- воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно – оздоровительной деятельности;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физ.воспитания, обогащения индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упр. и базовыми видами спорта;
- освоение системы знаний о занятиях физ. культурой, их роли и значения в формировании здорового образа жизни и соц. Ориентации;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физ.упр;

Задачи:

- содействие гармоническому физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; выработка представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции;
- развитие исследовательской компетенции: умений и навыков нахождения информации в различных источниках; умений сопоставлять, сравнивать, анализировать, обобщать планировать и проводить исследование, оформлять результаты исследования.