

**Аннотация к рабочей программе
по физической культуре основного общего образования
для 9 класса на 2018-2019 учебный год**

Рабочие программы по физической культуре составлены на основе государственного образовательного стандарта основного общего образования, «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Лях. А. А. Зданевич
Физическая культура является предметом Федерального компонента учебного плана образовательного учреждения.

Общей **целью** образования в области физической культуры является 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. В соответствии с этим рабочая программа для 9 класса своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических целей:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление 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

Рабочая программа конкретизирует распределение учебного времени по разделам учебного предмета.

- Основы знаний о физической культуре
- Легкая атлетика
- Кроссовая подготовка
- Гимнастика
- Спортивные игры
- НРК - отводится в 9 классе 9 часов отдельных часов, что составляет 9 % от общего количества учебного времени.

Для достижения цели используются различные методы обучения: словесный (объяснение, рассказ, беседа, дискуссия), наглядный (показ, иллюстрации, просмотр), практический, разные организационные формы обучения: коллективная, групповая, индивидуальная, парная. Используются элементы современных педагогических технологий: игровая, -лично-ориентированное обучение, дифференцированное обучение, здоровьесберегающая.

После освоения данной программы обучающийся
Должен знать:

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

Должен уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств 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;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

На реализацию программы отводится 3 часа в неделю.

Форма оценивания:

Предварительный контроль – мониторинг на начало учебного года

Текущий контроль – осуществляется на каждом занятии

Итоговый контроль – итоги обучения обучающихся за четверть, год.

Программа реализуется по учебнику:

Лях В.И. Физическая культура. 8-9 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2009г

Составитель:
учитель физической
культуры Рахман О.В.

