**Аннотация к рабочей программе по физической культуре**

**5-9 классы**

Рабочая программа разработана на основе:

· 1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897(ред. от 29.12.2014);

· примерной образовательной программы основного общего образования по физической культуре;

· комплексной программы по физическому воспитанию учащихся 1-11 классов. Москва «Просвещение» 2012г.Лях В.И.

**Учебники:**

· - Виленский М.Я.,Туревский И.М.,ТорочковаТ.Ю., и др., под редакцией Виленского В.М. «Физическая культура» Учебник для 5-6-7 классов», Москва, Просвещение, 2013г.

· - Лях В.И., «Физическая культура Учебник 5-6-7 классы», Москва, Просвещение, 2013г.

**Цели учебного курса**

**Изучение физической культуры на ступени основного общего образования направлено на:**

· **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;

· **воспитание**устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздорови-тельной и спортивно-оздоровительной деятельности;

· **освоение**знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни

**Количество часов**

5 класс –105 часов(3ч. в неделю),

6 класс – 105 часов(3ч. в неделю),

[Хочу такой сайт](https://сайтобразования.рф/)

**Результаты освоения курса**

**знать**

· роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;

· основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

· способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

· **уметь**

· составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

· выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;

· выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;

· осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;

· соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;

· осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**для:

· проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;

· включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.