**Аннотация**

**к рабочей программе**

 **учебного предмета «Физическая культура»**

**для обучающихся 7– 9 классов**

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

Основной *целью* программы по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

 **Задачи**:

* Содействие гармоническому физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
* Обучение основам базовых видов двигательных действий;
* Дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
* Выработку представлений о физической культуре личности и приемов 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;
* Выработку 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.

**Оздоровительные задачи:**

* формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования, – 204 часов: в 7 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 8 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 9 классе – 68 часа (2 часа в неделю).

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**7 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Наименование разделов и тем программы**  | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**  |
| **Всего**  |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** |
| 1.1 | Знания о физической культуре |  3  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной деятельности** |
| 2.1 | Способы самостоятельной деятельности |  5  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  5  |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| **Раздел 1.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** |
| 1.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность |  3  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** |
| 2.1 | Гимнастика (модуль "Гимнастика") |  12  | Российская электронная школа |
| 2.2 | Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика") |  10  | Российская электронная школа |
| 2.3 | Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта") |  10  | Российская электронная школа |
| 2.4 | Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") |  4  | Российская электронная школа |
| 2.5 | Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры") |  4 | Российская электронная школа |
| 2.6 | Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") |  7 | Российская электронная школа |
| 2.7 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") |  10 | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  57  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  68 |  |

**8 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Наименование разделов и тем программы**  | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**  |
| **Всего**  |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** |
| 1.1 | Знания о физической культуре |  3  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной деятельности** |
| 2.1 | Способы самостоятельной деятельности |  5  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  5  |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| **Раздел 1.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** |
| 1.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность |  3  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** |
| 2.1 | Гимнастика (модуль "Гимнастика") |  8  | Российская электронная школа |
| 2.2 | Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика") |  12  | Российская электронная школа |
| 2.3 | Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта") |  9  | Российская электронная школа |
| 2.4 | Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") |  5  | Российская электронная школа |
| 2.5 | Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры") |  5 | Российская электронная школа |
| 2.6 | Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") |  6  | Российская электронная школа |
| 2.7 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") |  12  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  57 |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  68 |  |

 **9 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Наименование разделов и тем программы**  | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**  |
| **Всего**  |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** |
| 1.1 | Знания о физической культуре |  3  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной деятельности** |
| 2.1 | Способы самостоятельной деятельности |  5  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  5  |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| **Раздел 1.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** |
| 1.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность |  3  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  3  |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** |
| 2.1 | Гимнастика (модуль "Гимнастика") |  10  | Российская электронная школа |
| 2.2 | Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика") |  12  | Российская электронная школа |
| 2.3 | Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта") |  6  | Российская электронная школа |
| 2.4 | Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") |  5 | Российская электронная школа |
| 2.5 | Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры") |  5  | Российская электронная школа |
| 2.6 | Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") |  6  | Российская электронная школа |
| 2.8 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") |  13  | Российская электронная школа |
| Итого по разделу |  57  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  68 |  |