Аннотация к рабочей программе по физической культуре

9-11 класс

Рабочая программа составлена на основе Федерального Государственного Образовательного стандарта общего образования в соответствии с «Комплексной программой физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы –В.И. Лях, А.А. Зданевич) М.:Просвещение, 2010)).

Согласно действующему Базисному учебному плану, рабочая программа для 9-11 классов предусматривает обучение физической культуре 3часа в неделю,105 часов в год.

Целями физического воспитания учащихся 5 класса являются:

-содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья

учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактика

плоскостопия; содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций, на здоровый образ жизни;

-обучение основам базовых видов двигательных действий;

-дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

-формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей на основе систем организма;

-углубленное представление об основных видах спорта;

-приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятиям любимым видом спорта в свободное время;

-формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

-содействие развитию психических процессов и обучение психической саморегуляции.