Физическая культура 5-9 класс (базовый уровень) — аннотация к рабочим программам Программы разработаны на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, Федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / В. И. Лях. — М.: Просвещение УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК): ♣ Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура (базовый уровень). 5-9 класс. М.: Просвещение УЧЕБНЫЙ ПЛАН (количество часов): ♣ 5 класс – 2 часа в неделю, 68 часа в год ♣ 6 класс – 2 часа в неделю, 68 часа в год ♣ 7 класс – 2 часа в неделю, 68 часа в год ♣ 8 класс – 2 часа в неделю, 68 часа в год ♣ 9 класс – 2 часа в неделю, 66 часа в год ЦЕЛИ: ♣ Целью школьного физического воспитания 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. ЗАДАЧИ: ♣ содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам; ♣ формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности; ♣ расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, ♣ упражнений современных оздоровительных систем физической культуры и прикладной физической подготовки, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях; ♣ дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно- силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения двигательных действий, их согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.); ♣ формирование знаний и представлений о современных оздоровительных системах физической культуры, спортивной тренировки и соревнований; ♣ формирование знаний и умений оценивать состояние собственного здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля; ♣ формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнения функций отцовства и материнства, подготовки к службе в армии; формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания; ♣ дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции; ♣ закрепление потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта (на основе овладения средствами и методами их организации, проведения и включения в режим дня, а также как формы активного отдыха и досуга). Программы обеспечивают достижение выпускниками средней школы определённых личностных, метапредметных и предметных результатов.