

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.**

**9 класс ФГОС**

## 1. Пояснительная записка

Программа «Физическая культура» 9 класса разработана на основе Федерального государственного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010г. № 1897;

- Примерных программ по учебным предметам. Физическая культура. 9 классы. Основная школа. М, Просвещение 2011;

- Программы «Физическая культура», 9 кл., Лях В.И., Зданевич А.А., Просвещение, 2011г.

Для прохождения программы в учебном процессе используются следующие учебники: *Виленский, М. Я.* Физическая культура. 9-кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2009.

Физическая культура 8-9 классы: Учебник для общеобразовательных организаций, В.И.Лях – М.: Просвещение, 2019

## 2. Цели и задачи.

**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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

- обучение основам базовых видов двигательных действий;

- дальнейшее развитие координационных действий (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);

- формирование знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

- выработку представлений о физической культуре личности и приемах 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.

### **3. Описание места предмета «Физическая культура» в учебном плане**

В соответствии с ФБУП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в средней школе, на его преподавание отводится 105 часов год для 9 классов.

#### **Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (9 классы)**

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)	
		9 Класс	Основные разделы дисциплины
1.	Легкая атлетика	36	Правила безопасности, низкий старт, прыжок в длину с разбега, прыжок в длину с места, метание, длительный бег, подвижные игры и эстафеты.
2.	Гимнастика с элементами акробатики	15	Правила безопасности, гимнастические упражнения, кувырки вперед, кувырок назад, акробатическая комбинация из элементов гимнастики, опорный прыжок, акробатической комбинации элементов акробатики, техника лазанья по

			канату, упражнения на гимнастическом бревне.
3.	Спортивные игры (баскетбол)	20	Правила безопасности. Характеристика вида спорта. Техника передвижений, остановок, поворотов, стоек; ведения мяча на месте, в движении; передача и ловля мяча; ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке. Техника защиты, повороты на месте без мяча и с мячом, броски мяча, тактика игры, позиционное нападение, бросок мяча в кольцо с места, в движении.
4.	Спортивные игры (волейбол)	22	Правила безопасности, техника передвижений, остановок, поворотов и стоек, передача мяча сверху двумя руками, прием и передач мяча сверху двумя руками, прием мяча снизу двумя руками, подача, нападающий удар, учебная игра.
5.	Кроссовая подготовка легкая атлетика	12	Правила безопасности, низкий старт, скоростной бег, прыжок в длину с разбега, прыжок в длину с места, челночный бег, метание, бег в равномерном темпе по пересеченной местности.
	Итого		105