

Рабочая программа включает следующие разделы:

- личностные, предметные, метапредметные результаты освоения;
- содержание учебного предмета, курса;
- тематическое планирование;

Рабочая программа по физической культуре для 5-9 классов составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и на основе программы для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. Рабочие программы». Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 классы, – М.: Просвещение, 2019. Рабочая программа ориентирована на использование учебников: Физическая культура. 5-7 классы: учеб. Для общеобразоват. организаций /М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.; под ред. М.Я. Виленского– 2-е изд. – М.: Просвещение, 2013.- 239. Физическая культура. 8-9 классы: учеб. Для общеобразоват. организаций / В.И. Лях.- и др.– 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014.- 256 с.

Целью изучения физической культуры на уровне основного общего образования 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» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (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 основ 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 приёмах 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.

Место предмета «Физическая культура» в учебном плане

В основной школе физика изучается с 5 по 9 класс. Учебный план составляет 510 учебных часов. В том числе в 5- 9 классах по 102 учебных часов из расчета 3 учебных часа в неделю.

Рабочая программа соответствует требованиям ФГОС ООО к метапредметным и предметным результатам обучения по физической культуре