

## **Аннотация к рабочей программе внеурочной деятельности «Основы физической подготовки» 5-9 класс**

Программа по предмету "Общая физическая подготовка" для обучающихся 5-9 классов разработана на основе:

- Закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 г. № 1897, зарегистрирован в Минюсте России 01.02.2011 г., регистрационный номер 19644);
- Приказ Минобрнауки РФ от 29.12.2014 года № 1644 «О внесении изменений в приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2010 года № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован в Минюсте России 6 февраля 2015г. № 35915)
- Основной Образовательной программы ОУ ООО;
- «Методических рекомендаций о введении третьего часа физической культуры в недельный объем учебной нагрузки обучающихся общеобразовательных учреждений РФ».

За основу рабочей программы взята комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (автор Лях В.И., Зданевич А.А. – М.: Просвещение, 2010).

Программа разработана для 5-9 классов, рассчитана на 1 час в неделю и разработана с целью реализации физкультурно-спортивного направления.

**Целью** учебной программы является - формирование разносторонне физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, оптимизации трудовой деятельности, умеющей использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения собственного здоровья, организации активного отдыха. Учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом, целостном развитии физических и психических качеств, морально волевых качеств, социализации и адаптации школьников к современным требованиям и условиям жизни российского общества.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением поставленных образовательных **задач**:

- содействие правильному физическому развитию школьника;
- обучение жизненно-важным двигательным навыкам и умениям;
- формирование интереса к регулярным занятиям физической культурой;
- обучение навыкам рационального дыхания;
- формирование правильной осанки;
- обучение правилам самостоятельного подбора, составление и выполнение

утренней гигиенической гимнастики, корригирующей гимнастики;  
- обучение методам самоконтроля при выполнении физических упражнений;  
- соблюдение правил личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, и рационального питания

### **Цели и задачи прохождения программного материала по годам обучения:**

Ориентируясь на решение задач образования школьников, данная программа в своем

содержании направлена на:

-реализацию *принципа вариативности*, который заложен в планировании учебного

материала в соответствии возрастными особенностями учащихся, материально-

технической оснащённостью учебного процесса, региональными климатическими

условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские

школы);

-реализацию *принципа достаточности соответствия*, определяющего распределение

содержания учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной

(физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной) деятельности,

особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся

- соблюдению дидактических правил - *от известного к неизвестному и от простого к*

*сложному*, которые отражены в основе планирования учебного содержания в логике

поэтапного освоения, переноса учебных знаний в практические навыки и умения, в том

числе в самостоятельной и соревновательной деятельности;

-расширение *межпредметных связей*, ориентирующих учителя физической культуры во

время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования

целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов