



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия № 5»  
(МБОУ «Гимназия № 5» )**

**188540 г. Сосновый Бор Ленинградской области, ул. Солнечная, 31  
Тел./факс (81369) 4-29-49, E-mail: sch5@edu.sbor.net**

---

**Аннотация к рабочей программе учебного курса «Физическая культура» 5-9 классы**

Рабочая программа по физической культуре в 5-9 классах ориентирована на повышение эффективности пропаганды и популяризации здорового образа жизни, физической культуры и спорта. Эта программа разработана на основе «Комплексной программы физического воспитания 1-11 классов», авторов В.И.Ляха и А.А. Зданевича, которая рассчитана на 68 часов (2 часа в неделю) в 5-9 классах.

**Задачи:**

- обеспечивает усвоение школьниками 5-9 классов государственного стандарта основного общего образования по физической культуре в 5-9 классах
- способствует развитию здоровья учащихся
- реализует принципы преемственности обучения физической культуры в основной школе

**Цель программы:**

- освоение учащимися основ физкультурной деятельности с общефизической и спортивно-оздоровительной направленностью.

**Особенности программы**

- Соотнесенность с базисным учебным планом общеобразовательных учреждений;
- Направленность на реализацию принципа вариативности;
- Объемность и многообразие знаний, средств и форм физкультурной деятельности;
- Учебное содержание каждого из разделов программы излагаются в логике от общего к частному и от частного к конкретному.

**Цели изучения курса**

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (Умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность. **Достижение** цели физического воспитания обеспечивается решением следующих **основных задач**, направленных на:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Решая задачи физического воспитания, необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты как воспитание ценностных ориентаций на физическое и

духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.