

Аннотация к рабочей программе по предмету:

«Физическая культура»

Название курса	Физическая культура
Класс	9
Количество часов	102
Составитель	Федюнин Иван Викторович
Цель курса	<ul style="list-style-type: none">• 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;• 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 (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;• 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 приемах самоконтроля;• воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;• формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;• воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
Структура курса	Л/а – 26 часов Кроссовая подготовка – 24 часа Гимнастика – 20 часов Спортивные игры – 32 часа: <ul style="list-style-type: none">• Волейбол – 21 час• Баскетбол – 11 часов