**Аннотация к рабочей программе по физической культуре 7 класс**

Рабочая программа для 7 класса разработана на основе программы общеобразовательных учреждений «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов», авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич, (Москва "Просвещение" 2008), допущено МО и науки РФ.

В соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта основного общего образования (Приказ МО и Н РФ от 05.03.2004г. №1089) учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится 102 часов в год из расчета 3 часа в неделю.

Годовой календарный график учебного времени МКОУ Говорковской школы на 2020-2021 учебный год;

Учебный план МКОУ Говорковской школы на 2020-2021 учебный год;

Федеральный закон РФ «Об образовании» № 3266-1 от 10 июля 1992г

**Цель предмета:**

Формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

**Задачи предмета «Физическая культура»:**

* **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 (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.
* **выработка** 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;
* **выработка** 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 психологической саморегуляции.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем | Рабочая  |
| 1 | Лёгкая атлетика  | 14 часов |
| 2 | Спортивные игры: Волейбол | 13 часов |
| 3 | Гимнастика с элементами акробатики  | 21 часов |
| 4 | Лыжная подготовка  | 18 часов |
| 5 | Баскетбол  | 23 часов |
| 6 | Лёгкая атлетика | 13 часов |
| Резерв |  |
| Всего: | 102 часа |

Промежуточная аттестация. Зачет по ОФП.