

Согласовано на заседании
Школьного методического
объединения
Протокол № 1 от
« 29 » августа 2023 г
Руководитель ШМО
Захарова О.Н.

Составлена на основе
Федерального
государственного
образовательного стандарта
основного общего
образования

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от
« 30 » августа 2023 г

Принято на заседании
Совета Лицея
Протокол № 1 от
« 30 » августа 2023 г
Председатель Совета Лицея
И.А.Волков

Утверждено руководителем
образовательной организации
Приказ № 103/ОД от
« 30 » августа 2023 г
Директор МБОУ «ФМЛ»
Д.А.Кельдышев



Рабочая программа
по физической
культуре
для 9 классов МБОУ «ФМЛ»

Захарова О.Н.
Волков С.А.
Ипатов С.А.

Пояснительная записка

Программа по физической культуре для 9 класса разработана на основе авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2010).

Цели и задачи учебного предмета:

Целью предмета «Физическая культура» у учащихся 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. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направленный на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Учебный предмет «Физическая культура» в основной школе строится так, чтобы были решены следующие **задачи**:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Учебно-методический комплект

Для прохождения программы в учебном процессе используется учебник:

- Лях, В. И. Физическая культура. 8-9 кл.: учеб. для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. -2-е изд.- М.: Просвещение, 2014.

В учебнике представлены теоретические сведения об основах физической культуры, о занятиях спортом, соблюдении правил личной гигиены и самоконтроля в процессе организованных и самостоятельных занятий физическими упражнениями, даны представления об истории возникновения и развития физической культуры и олимпийского движения в мире и Российской Федерации. В учебнике отражён также обязательный для освоения учебный материал по спортивным играм, лёгкой атлетике, гимнастике, элементам единоборств, плаванию, лыжной подготовке. Приведены необходимые сведения о содержании и методике самостоятельных занятий хоккеем, бадминтоном, коньками, скейтбордом, атлетической гимнастикой и роликовыми коньками.