**Аннотация к учебной программе по физической культуре для 7-х классов**

**Количество часов:** 102 ч (3 часа в неделю)

**Составители:** МО учителей физической культуры

**Учебник:** «Физического культура 5-9 классы» М.Я. Виленского, В.И. Ляха (Издательство “Учитель”, 2020)

Рабочая программа по Физической культуре составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования; входит в предметную область «Физическая культура», разработана в соответствии Примерной типовой программой по физической культуре.  
 **Целью** образовательной деятельности в области физической культуры является 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.   
В соответствии с этим, Программа основного общего образования своим предметным содержанием ориентируется на решение следующих **задач**:- обеспечение соответствия основной образовательной программы требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО);  
- 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;

**Содержание:** В содержание учебного курса физическая культура в 7 классе входят следующие разделы:   
1.Легкая атлетика:  
- Спринтерский бег;  
- Челночный бег  
- Эстафетный бег;  
- Прыжки в длину с места;  
- Прыжки в высоту;  
- Метание мяча с разбега.  
2. Гимнастика с элементами акробатики:  
- Опорный прыжок;  
- Лазанье по канату;  
- Упражнения на гимнастической скамье  
- Упражнения на брусьях.  
3. Спортивные игры:  
- Волейбол;  
- Баскетбол;  
- Регби.  
 **Планируемые результаты:**

-соблюдать правила закаливания организма способами обтирания, обливания, душ; выполнять правила личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями; выполнять игровые действия, играть по правилам; знать и иметь представление: правила поведения и технику безопасности при проведении игр; названия и правила изучаемых игр; уметь правильно выполнять двигательные действия во время игры; владеть техникой лазанья по канату; владеть мячом: держание, передача на расстояние, ловля, броски; иметь представление о физических качеств быстрота, выносливость, сила. Уметь прыгать в длину с места, выполнять с места метание малого мяча на меткость и дальность и бегать на короткие дистанции до 30 и 60 метров с максимальной скоростью.