**Аннотация к рабочей программе «Физическая культура», 7 класс**

Рабочая программа предмета «Физическая культура» (предметная область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности») разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 (в действующей редакции); Федеральной основной образовательной программой основного общего образования, утверждённой приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования" (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74223), а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в рабочей программе воспитания МАОУ гимназии №4 г. Канска.

Целью учебной программы «Физическая культура» в 7 классе 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 рабочей программе для 5—9 классов данная цель конкретизируется и связывается с

формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Основные разделы учебной программы«Физическая культура» в 7 классе:

**Знания о физической культуре.** Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России; роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Олимпийское движение в СССР и современной России;

характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы. Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

**Способы самостоятельной деятельности.** Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника по физической культуре. Техническая подготовка и её значение для человека; основные правила технической подготовки. Двигательные действия как основа технической подготовки; понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой. Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».

**Физическое совершенствование. *Физкультурно-оздоровительная*** деятельность***.*** Оздоровительные комплексыдля самостоятельных занятий с добавлением ранее разученныхупражнений: для коррекции телосложения и профилактикинарушения осанки; дыхательной и зрительной гимнастики врежиме учебного дня.

***Спортивно-оздоровительная деятельность.***

*Модуль «Гимнастика»*.

*Модуль «Лёгкая атлетика».*

*Модуль «Зимние виды спорта».*

*Модуль «Спортивные игры».*

Волейбол.

Футбол.

*Модуль «Спорт».*

Всего на изучение учебного предмета физическая культура в 7 классе отводится 68 часов (по 2 часа в неделю).

В 7 классе запланировано проведение промежуточной аттестации в форме тестирования.