**II. Общая характеристика учебного предмета**

Предметом образования в области физической культуры является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствование физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. В соответствии со структурой двигательной деятельности, учебный предмет физической культуры структурируется по трем основным разделам: Знания ( информационный компонент деятельности), физическое совершенствование ( мотивационно – процессуальный компонент деятельности) и способы деятельности.

В рабочей программе для основного общего образования двигательная деятельность, как учебный предмет представлена двумя содержательными линиями: физкультурно – оздоровительная деятельность и спортивно- оздоровительная деятельность. Каждая из этих линий имеет соответствующие свои три учебных раздела ( знания, физическое совершенствование , способы деятельности).

Первая содержательная линия « Физкультурно- оздоровительная деятельность» характеризуется направленностью на укрепление здоровья учащихся и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях физической культурой и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга. В первом разделе « Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности» даются сведения о правилах здорового образа жизни и различных формах организации активного отдыха средствами физической культуры, раскрываются представления о современных оздоровительных системах физического воспитания и оздоровительных методиках физкультурно- оздоровительной деятельности. Во втором разделе « Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью» даются комплексы упражнений из современных оздоровительных систем, направлено содействующих коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию систем дыхания и кровообращения, а также упражнения адаптивной физической культуры, для учащихся имеющие отклонения в состоянии здоровья. В третьем разделе « Способы физкультурно-оздоровительной деятельности» дается перечень способов по самостоятельной организации и проведению оздоровительных форм занятий физической культурой, приемов контроля и регулирования физических нагрузок, самомассажа и гигиенических процедур.

Вторая содержательная линия « Спортивно –оздоровительная деятельность» соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся. В первом разделе «Знания о спортивно-оздоровительной деятельности» приводятся сведения по истории развития Древних и Современных олимпийских игр, раскрывают основные понятия спортивной тренировки, даются общие представления об общей и специальной физической подготовке и формах их организации. Во втором разделе «Физическое совершенствование со спортивной направленностью», приводятся физические упражнения и двигательные действия из базовых видов спорта. В третьем разделе «Способы физкультурно- спортивной деятельности» раскрываются способы деятельности, необходимые и достаточные для организации и проведения самостоятельных занятий спортивной подготовкой.

**III. Место учебного курса в учебном плане**

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводится 105 ч (35 недель), из расчета 3 ч в неделю в 5-8 классах и 102 ч ( 34 недели), из расчета 3 ч в неделю в 9 классе. Вместе с тем, чтобы у учителей физической культуры были условия для реализации их творческих программ и инновационных разработок, индивидуальных педагогических технологий и подходов, программа предусматривает выделение определенного объема учебного времени — 20 % (21 час) от объема времени, отводимого на изучение раздела «Физическое совершенствование».

Рабочая программа рассчитана на 525 ч на пять лет обучения (по 3 ч в неделю)