**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**,

Настоящая рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным Базисным учебным планом, Обязательным минимумом содержания образования школьников в области физической культуры, а так же Комплексной Программой физического воспитания В.И. Лях, Программой по физической культуре.

Цель образования в 9 классах - освоение основ физкультурной деятельности с общефизической и спортивно-оздоровительной направленностью.

*Задачи:*

* формирование знаний и способов развития физических качеств, организации и проведения самостоятельных занятий общефизической и спортивной подготовкой;
* обучение технике двигательных действий базовых видов спорта и элементам тактического взаимодействия.
* развитие функциональных возможностей организма, основных физических качеств, скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей с учетом возрастной динамики полового созревания, состояния здоровья и индивидуальных темпов психофизического развития школьников;
* обучение способам контроля за состоянием здоровья и профилактики утомления средствами физической культуры, оказания доврачебной помощи на занятиях физическими упражнениями и спортом, элементарным приемам массажа и самомассажа.