

Аннотация к рабочей программе по предмету физическая культура 5-9 класс

Рабочая программа по физической культуре для 5-9 классов разработана на основе Федерального компонента государственного стандарта образования, примерной программы по физической культуре, программы общеобразовательных учреждений по физической культуре- А. П. Матвеев « Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов». – 2010.

В соответствии с учебным планом, учебная программа рассчитана на 102 часа из расчета 3 часа в неделю. Программный материал имеет 2 части – базовую(82ч) и вариативную(20ч). Вариативная часть программы используется на углублённое изучение основ спортивного туризма и спортивного ориентирования.

Изучение физической культуры на ступени основного общего образования направлено на достижение следующих **целей**:

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.

Задачи:

Расширение двигательного опыта

Совершенствование функциональных возможностей организма

Воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии

Обучение основам знаний педагогики, психологии, физиологии, гигиены, профилактики травматизма, коррекции осанки.

Формирование практических умений в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

В результате изучения физической культуры ученик должен:

знать/понимать

роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;

основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

уметь

составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;

выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;

осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;

соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении соревнований;

осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;

включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

В результате занятий выполнять контрольные тесты по физической культуре, которые показывают уровень физической подготовленности учащихся 5-9 классов.

В данной программе использованы следующие методы и формы обучения:

- **Знания о физической культуре.** Групповые и игровые формы работы.
- Бег, прыжки, ходьба на лыжах, как жизненно важные способы передвижения человека.
- Фронтальная форма работы. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.
- **Физические упражнения.** Групповые и игровые формы работы, фронтальная форма работы. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.
- Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.
- Физкультурно-оздоровительная деятельность.
- Игровые, соревновательные формы работы. Самостоятельные занятия. Составление режима дня.

- **Групповые и индивидуальные формы работы.** Выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (физкультминутки).
- **Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Каждое занятие является звеном системы уроков, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом и направленных на освоение учебного материала конкретной темы.

Предполагаемые результаты:

- -укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- -развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- -приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- -воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- -воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.
- - воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности,
- формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств,
- формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения.

В результате занятий выполнять контрольные тесты по физической культуре, которые показывают уровень физической подготовленности учащихся 5-9 классов.

Демонстрировать:

Физические качества	Физические упражнения	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег 100 м с низкого старта, с	14,2	17,2
	Прыжки через скакалку, мин. с	1.30	1.00
Сила	Подтягивание туловища из виса, количество раз	12	0
	Прыжок в длину с места, см	200	175
	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за голову, количество раз	50	30
Выносливость	Бег на 2000 м, мин. с	9.30	0
	Бег на 1000 м, мин. с	0	4.30

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для

- повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья;

- подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных силах Российской Федерации;
- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;
- активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

Аннотация
к Рабочим программам
по физической культуре для 4, 5

-

9 классов

Рабочие программы составлены
в соответствии со следующими нормативно

-

правовыми документами:

-

федеральный компонент Государственного образовательного стандарта общего образования, утверждённый приказом Минобразования России от 05.03.2004 г. №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;

-

приказ Минобразования России от 09.03.2004 г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для общеобразовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»;

-

приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2012г. № 1067 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2013/14 учебный год»;

-

Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура.

А.П.

Матвеев

.

1

-

11 классы.

—

М.: Просвещение.

Рабочие программы

по

физической культуре

представляет собой цел

остные

документ

ы,

включающие:

-

пояснительную записку;

-

общую характеристику учебного предмета;

-

о

писание места учебного предмета в учебном плане;

-

о

писание ценностных ориентиров содержания учебного предмета;

-

требования к уровню подготовки выпускников;

-

содержание учебного предмета;

-

к

алендарно

-

тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся;

-

описание материально
-
технического обеспечения образовательного процесса;
-
характеристику
контрольно
-
измерительных материалов.

При создании программ учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и

самореализации. В программах нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных учреждений.

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений

Российской Федерации предусматривает обязательное изучение

физической
культуры

на этапе

начального общего образования: в I

V

классе

—

102 часа и на этапе

основного общего образования: в

V классе

—

102 часа, в VI классе

—

102 часа, в VII

—

102 часа

, в VIII кла

ссе

—

102 часа, в IX классе

—

102 часа

.

Составитель учитель физической культуры

К.А.

З

а

Вьялова

Аннотации к рабочим программам по физической культуре

6-9 классы

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования, Примерной программы основного общего образования для общеобразовательных учреждений и авторской программы А. П. Матвеева «Физическая культура 5-9».

Рабочая программа составлена на основе обязательного минимума содержания образования по физической культуре и рассчитана на 102 часа, по 3 часа в неделю.

Учебно-методический комплект:

1. Рабочие программы «Физическая культура 5-9 класс». Москва: «Просвещение», 2012

2. Физическая культура, Учебник 6-7 класс. М-Просвещение 2012г.

Дополнительная литература:

- Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта М-Просвещение, 2009 г.

Форма текущего контроля-сдача норматива в виде практического теста на основе авторской программы Матвеева А.П.

Материал УМК полностью соответствует Примерной программе по физической культуре основного общего образования, обязательному минимуму содержания, рекомендован Министерством образования РФ.

Цель образовательной программы:

Изучение физической культуры на ступени основного общего образования направлено на достижение следующих целей:

- 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.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом образования в области физической культуры является двигательная (физкультурная) деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием 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 (операциональный компонент деятельности).

Требования к уровню подготовки выпускников по физической культуре

В результате изучения физической культуры ученик должен

знать/понимать:

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.