

Аннотация к рабочей программе по учебному предмету «Физической культуре» 5-9 классы. ФГОС ООО

Рабочая программа по физической культуре для 5 – 9 классов разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом ООО, основной образовательной программой основного общего образования МКОУ Островской СШ, **Рабочая программа. Физическая культура. Предметная линия учебников. М.Я. Виленского, В.И.Ляха.** Данная программа представляет собой практический курс физической культуры для учащихся, получающих образование по УМК следующих авторов: Физическая культура. Учебник для 5-6-7 классов. Под редакцией М.Я. Виленского. Москва 2017г., Физическая культура. Учебник для 8-9 классов. В.И.Ляха. Москва 2017 г.

Цели изучения учебного предмета. Курс физической культуры направлен на достижение следующих целей, обеспечивающих реализацию личностно-ориентированного, когнитивно-коммуникативного, деятельностного подходов к обучению:

формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

Структура учебного предмета. 5-9 классы имеют физкультурно - оздоровительную направленность, включают в содержание обучения следующие разделы:

Теоретические знания:

История физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение олимпийских игр и олимпийского движения. История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России. Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на олимпийских играх. Характеристика видов спорта входящих в программу. Режим дня и его основное содержание. Первая помощь и самопомощь во время занятий физической культурой и спортом.

Легкая атлетика:

Прыжки в длину согнув ноги с разбега. Прыжки в высоту способом перешагивания. Метание малого мяча на дальность. Метание малого мяча в цель. Бег на длинные дистанции. Бег на короткие дистанции.

Спортивные игры:

Волейбол: стойки, перемещения, приемы и передачи мяча, верхняя и нижняя прямая подача, тактика игры. Баскетбол: ведение мяча, ловля и передачи мяча, бросок в кольцо, бросок в кольцо в движении, тактика игры. Футбол: техника передвижений, остановок, поворотов и стоек, удары по мячу, остановки мяча, удары по воротам, тактика игры.

Гимнастика:

Висы, упоры, акробатические упражнения, опорные прыжки.

Лыжная подготовка:

Ходы: одновременные, попеременные, одношажные, двушажные. Спуски со склонов подъемы на склон, торможение, повороты. Дистанции 2-3 км.

Вариативная часть:

Развитие быстроты, выносливости, катание на коньках, передвижение на коньках, одноопорное скольжение. Развитие координации, выносливости, закаливание организма.

Основные образовательные технологии:

В процессе изучения предмета используются игровые технологии, активные и интерактивные методы и формы проведения занятий: объяснительно – иллюстративное обучение, групповые технологии, информационная технология, здоровьесберегающая технология.

Требования к результатам освоения учебного предмета.

Учащиеся должны научиться:

рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;

характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;

определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Общая трудоёмкость учебного предмета.

Учебный план МКОУ Островской СШ отводит на изучение курса физической культуры (из расчёта 34 учебные недели) по 102 часа в каждом классе.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для учащихся 10-11 классов

Рабочая учебная программа по физкультуре для 10-11 классы, разработана на основе Примерной программы основного общего образования по физической культуре 10-11 классы, комплексной программы физического воспитания Лях В.И, соответствующей Федеральному компоненту Государственного стандарта Министерства образования и науки Российской Федерации. Она предназначена для изучения физической культуры в основной школе

Структура Программы является формой представления учебного предмета (курса) как целостной системы, отражающей внутреннюю логику организации учебно-методического материала, и включает в себя следующие элементы:

- 1) пояснительную записку, в которой конкретизируются общие цели общего образования с учётом специфики учебного предмета;
- 2) содержание учебного предмета, курса;
- 3) календарно-тематическое планирование;
- 4) описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса;
- 5) планируемые результаты изучения учебного предмета, курса прописываются на уровне основного общего образования.

Учебный план МКОУ Островской СШ отводит на изучение курса физической культуры (из расчёта 34 учебные недели) по 102 часа в 10 и 11 классах.

Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура. 10-11класс: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень / В.И. Лях. М.: Просвещение, 2018 г.

Цель программы - формирование у учащихся среднего общего образования основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности и совершенствования двигательных качеств.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

1. На содействие гармоничному развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам;
2. На расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
3. На дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
4. На формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значение занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
5. На углубленное представление об основных видах спорта;
6. На закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
7. На формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции.

В 10 - 11 классах школьники осваивают упражнения в метаниях различные по массе и форме снаряды (гранаты, утяжелённые малые мячи и др.), в гимнастических и акробатических упражнениях: должны выполнять комбинацию из 5 элементов на брусках или перекладине, выполнять опорный прыжок ноги врозь через коня в длину, выполнять комбинации из отдельных элементов со скакалкой, обручем. В спортивных играх: демонстрировать и применять упражнения основных технико – технических действий одной из спортивных игр. Участвовать в соревнованиях по программе 10-11классов.