

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 5-7 классы.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс. В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре 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 5-7 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. **Развивающая направленность** рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития. **Воспитывающее значение** рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических

результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности. Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В 5-7 КЛАССАХ

Знания о физической культуре

История физической культуры

*Физическая культура в современном обществе

*История игры баскетбол, волейбол, стритбол

Физическая культура (основные понятия)

*Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств

* Техника упражнений

*Правила баскетбола, волейбола и стритбола

Физическая культура человека

* Здоровье и ЗОЖ

*Самоконтроль

*Познай себя (рост, вес, осанка, зрение, психологические особенности)

*Первая помощь при травмах

* Правила техники безопасности

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация занятий физической культурой

*Подготовка к занятиям физической культурой

Оценка эффективности занятий физической культурой

*Самонаблюдение

*Оценка эффективности занятий физкультурно – оздоровительной деятельностью

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

*упражнения на развитие всех физических качеств

*упражнения на укрепление всех групп мышц

*секции общей физической подготовки

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью

Упражнения общеразвивающей направленности

*на все группы мышц

*на развитие всех физических качеств

*в ходьбе

*с гантелями

*с гимнастическими палками

*с обручами

*с использованием гимнастической стенки

Гимнастика с элементами акробатики и силовой подготовки

*Строй. Строевые упражнения. Перестроения.

*Упражнения на развитие гибкости и координации

*Акробатические упражнения и комбинации

*Силовые упражнения

Лёгкая атлетика.

*Равномерный, медленный, переменный, челночный, эстафетный бег. Бег на скорость. Бег на выносливость. Бег на время. Специальные беговые упражнения.

*Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки через скакалку. Прыжковые упражнения.

Многоскоки.

*Метание в цель

*Метание на дальность

Подвижные игры.

* «Лапта», «Перестрелка», «Вызов номеров»

*Эстафеты с предметами. Комбинированные эстафеты. Круговые эстафеты. Встречные эстафеты.

Спортивные игры.

*Баскетбол.

*Волейбол.

*Стритбол

На обязательное изучение всех учебных тем программы отводится

2 часа в неделю

68 часов в год

УМК

1. Учебник «Физическая культура, 8-9 классы», В.И. Лях. –М.: Просвещение, 2015г
2. Физическая культура 8-9 классы, Тестовый контроль, В.И.Лях, Просвещение 2010 г.
3. Оздоровительные основы физических упражнений, Назаренко Л.Д, изд. Владос, 2008
4. Комплексная программа физического воспитания для общеобразовательных учреждений. Авторы: В.И.Лях, А.А.Зданевич

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 8-9 классы.

Рабочая программа по физической культуре для 8-9 классов разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный компонент государственного образовательного стандарта среднего полного общего образования по физической культуре
- комплексная программа физического воспитания для общеобразовательных учреждений, авторы В.И.Лях, А.А.Зданевич, Москва, «Просвещение», 2005 г., Допущена Министерством образования РФ
- учебный план МБОУ «Гимназия №2»

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс. В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре 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 8-9 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. Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является

приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития. Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности. Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В 8-9 КЛАССАХ

Знания о физической культуре

История физической культуры

- *Физическая культура в современном обществе
- *История игры баскетбол, волейбол, стритбол

Физическая культура (основные понятия)

- *Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств
- * Техника упражнений
- *Правила баскетбола, волейбола и стритбола

Физическая культура человека

- * Здоровье и ЗОЖ
- *Самоконтроль
- *Познай себя (рост, вес, осанка, зрение, психологические особенности)
- *Первая помощь при травмах
- * Правила техники безопасности

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация занятий физической культурой

- *Подготовка к занятиям физической культурой

Оценка эффективности занятий физической культурой

- *Самонаблюдение
- *Оценка эффективности занятий физкультурно – оздоровительной деятельностью

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

- *упражнения на развитие всех физических качеств
- *упражнения на укрепление всех групп мышц
- *секции общей физической подготовки

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью
Упражнения общеразвивающей направленности

- *на все группы мышц
- *на развитие всех физических качеств
- *в ходьбе
- *с гантелями
- *с гимнастическими палками
- *с обручами
- *с использованием гимнастической стенки

Гимнастика с элементами акробатики и силовой подготовки

- *Строй. Строевые упражнения. Перестроения.
- *Упражнения на развитие гибкости и координации
- *Акробатические упражнения и комбинации
- *Силовые упражнения

Лёгкая атлетика.

- *Равномерный, медленный, переменный, челночный, эстафетный бег. Бег на скорость. Бег на выносливость. Бег на время. Специальные беговые упражнения.
- *Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки через скакалку. Прыжковые упражнения. Многоскоки.
- *Метание в цель
- *Метание на дальность

Подвижные игры.

- * «Лапта», «Перестрелка», «Вызов номеров»
- *Эстафеты с предметами. Комбинированные эстафеты. Круговые эстафеты. Встречные эстафеты.

Спортивные игры.

- *Баскетбол.
- *Волейбол.
- *Стритбол

На обязательное изучение всех учебных тем программы отводится

3 часа в неделю

102 часа в год

УМК

1. Учебник «Физическая культура, 8-9 классы», В.И. Лях. –М.: Просвещение, 2015г
2. Физическая культура 8-9 классы, Тестовый контроль, В.И.Лях, Просвещение 2010 г.
3. Оздоровительные основы физических упражнений, Назаренко Л.Д, изд. Владос, 2008
4. Комплексная программа физического воспитания для общеобразовательных учреждений. Авторы: В.И.Лях, А.А.Зданевич