

АННОТАЦИИ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Физическая культура 5-9 классы (основное общее образование)
Курс «Физическая культура, 5-9 классы»

1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы.

Курс «Физическая культура 5-9 классы» является центральным в системе российского школьного образования. Главной целью развития отечественной системы школьного образования является формирование личности готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. С учетом этого каждая образовательная область Базисного учебного плана ориентируется на достижение этой главной цели.

2. Нормативная основа разработки программы.

Рабочая программа по физической культуре для среднего (полного) общего образования (базовый уровень) составлена на основании:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» от 17 декабря 2010 г. №1897
- Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения. Предметный курс «Физическая культура» (5-9 кл.)/ сост. А.П. Матвеев - М.: Просвещение, 2011
- Санитарные правила СП 2.4.2 2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

3. Количество часов для реализации программы

количество часов: 5абвгдежз 2 часа в неделю / 68 часов в год
6абвгдежз 2 часа в неделю / 68 часов в год
7абвгдежк 2 часа в неделю / 68 часов в год
8ае 3 часа в неделю / 102 часа в год
9аде 3 часа в неделю / 102 часа в год

4. Дата утверждения. Органы и должностные лица (в соответствии с Уставом организации), принимавшие участие в разработке, рассмотрении, принятии, утверждении рабочей программы.

Программа составлена учителем физкультуры Самойловой Г.М., рассмотрена руководителем МО Бергером Ю.Г. и принята на заседании МО единогласно 20 мая 2014 года, согласована с заместителем директора по УВР Конюшенко Л.В. 25 августа 2014 года и утверждена директором Центра образования Рачевским Е.Л. 27 августа 2014 года, приказ № 134/4.

5. Цель реализации программы.

Целью образования в области физической культуры является формирование у школьников устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В рамках реализации этой цели настоящая программа для учащихся основной школы ориентируется на решение следующих **задач**:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

– обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

– воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

6. Используемые учебники и пособия.

- Дронов В.П., Савельева Л.Е. География. Россия: природа, население, хозяйство. 8 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений.
- Мейксон Г.Б., Любомирский Л.Е., Кофман Л.Б., Лях В.И. Физическая культура. Учебник для учащихся 5-7 классов общеобразовательных учреждений.
- Должиков И.И. Планирование содержания уроков физической культуры I-IX классов. Серия: «Инструктивно-методическое обеспечение содержания образования в г. Москве».
- А. П. Матвеева: пособие для учителей общеобразовательных учреждений (ФГОС). Физическая культура: рабочие программы : 5-9-й классы.

7. Используемые технологии.

- степ-аэробика позволяет комплексно развивать у занимающихся двигательные качества, благоприятно воздействуют на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую систему, дыхательную и нервную системы.
- круговая тренировка достаточно популярна, так как они позволяют тренировать основные системы организма, но и акцентировать нагрузку на отстающие в развитии отдельных группах мышц, исправить дефекты телосложения, нормализовать вес;
- уроки с элементами йоги и пилатеса помогают развивать силу и гибкость мышц, связок и суставов, это различные динамичные и статические позы, дыхательные упражнения, упражнения на стретчинг и расслабление. Они очень эффективны для снятия стрессового воздействия на позвоночник.
- на уроках оздоровительной аэробики школьники учатся культуре движений, чувству ритма, развивают слух, приобретают пластичность, умение неординарно мыслить и относиться к занятиям творчески. Оздоровительную аэробiku можно широко использовать при проведении праздников и мероприятий.

8. Требования к уровню подготовки обучающихся.

Важнейшие личностные результаты обучения физической культуре:

- 1) формирование представлений о двигательной активности, её месте и роли в жизни человека;
- 2) формирование уважительного отношения и осознанной доброжелательности к другому человеку;
- 3) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования.

Важнейшие предметные результаты

- 1) овладение основами двигательными навыками;
- 2) формирование представлений о технике выполнения упражнений;
- 3) умение применять полученные навыки в повседневной жизни.

9. Методы и формы оценки результатов освоения.

Виды контроля: техники владения двигательными умениями и навыками, тестирование, мониторинги.

Методы:

- устный: беседа;
- практический: тестирование, мониторинги;
- смешанная форма: соревновательная деятельность.

Формы: индивидуальный, фронтальный.