

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» (5-9 класс, ФГОС ООО)

Рабочая программа является приложением Основной образовательной программы основного общего образования МКОУ Аксарихинская СОШ.

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями: - Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 с последующими изменениями; - Примерной программы по учебному предмету «Физическая культура»; - Основной образовательной программой основного общего образования МКОУ Аксарихинская СОШ; - Указа Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 24 марта 2014 года.

Цели:

- сформировать разносторонне физически развитую личность, способную активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья; - оптимизировать трудовую деятельность и организацию активного отдыха;
- сформировать устойчивые мотивы и потребности школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостное развитие физических и психических качеств; - творчески использовать средства физической культуры в организации здорового образа жизни. Задачи:
- содействовать укреплению здоровья, развитию основных физических качеств повышения функциональных возможностей организма;
- сформировать культуру движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- содействовать освоению знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучить навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивнооздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитать положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Содержание раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека и включает в себя такие учебные темы, как «История физической культуры и ее развитие в современном обществе», «Базовые понятия физической культуры» и «Физическая культура человека». Эти темы включают сведения об истории древних и современных Олимпийских игр, основных направлениях развития физической культуры в современном обществе, о формах организации активного отдыха и укрепления здоровья средствами физической культуры. Раскрываются основные понятия физической и спортивной подготовки, особенности организации и

проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, даются правила контроля и требования техники безопасности.

Содержание раздела «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение обучающихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя темы «Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой» и «Оценка эффективности занятий физической культурой».

Содержание раздела «Физическое совершенствование», наиболее значительный по объему учебного материала, ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Этот раздел включает в себя несколько тем: «Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья обучающихся. Здесь даются комплексы упражнений из современных оздоровительных систем физического воспитания, помогающие коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию систем дыхания и кровообращения, а также упражнения адаптивной физической культуры, которые адресуются в первую очередь школьникам, имеющим отклонения в физическом развитии и в состоянии здоровья.

«Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью», ориентирована на физическое совершенствование обучающихся и включает в себя средства общей физической и технической подготовки. В качестве таких средств в программе предлагаются физические упражнения и двигательные действия из базовых видов спорта (гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжных гонок, спортивных игр). Овладение упражнениями и действиями базовых видов спорта раскрывается в программе с учетом их использования в организации активного отдыха, массовых спортивных соревнований.

«Прикладно-ориентированные упражнения» поможет подготовить школьников к предстоящей жизни, качественному освоению различных профессий. Решение этой задачи предлагается осуществить посредством обучения детей жизненно важным навыкам и умениям различными способами, в вариативно изменяющихся внешних условиях. Данная тема представляется весьма важной для школьников, которые готовятся продолжать свое образование в системе средних профессиональных учебных заведений. Тема «Упражнения общеразвивающей направленности» предназначена для организации целенаправленной физической подготовки учащихся и включает в себя физические упражнения на развитие основных физических качеств. Эта тема носит лишь относительно самостоятельный характер, поскольку ее содержание должно входить в содержание других тем раздела «Физическое совершенствование». Предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и сгруппированы по признаку направленности на развитие соответствующего физического качества (силы, быстроты, выносливости и т.д.) С целью достижения высоких результатов образования в процессе реализации рабочей программы целесообразно используются следующие технологии образования: современное традиционное обучение (ТО); педагогические технологии на основе личностной ориентации педагогического процесса; игровые технологии; проблемное обучение; коллективный способ обучения КСО, групповые технологии; информационные технологии обучения.

Рабочая программа составлена на уровень основного общего образования и рассчитана на 525 часов: - из них в 5-ом классе на 35 учебные недели, 105 часов в год, 3 часа в неделю; - из них в 6-ом классе на 35 учебные недели, 105 часов в год, 3 часа в неделю; - из них в 7-ом классе на 35 учебные недели, 105 часов в год, 3 часа в неделю; - из них в 8-ом классе на 35 учебные недели, 105 часов в год, 3 часа в неделю; - из них в 9-ом классе на 34 учебные недели, 102 часов в год, 3 часа в неделю. Срок реализации рабочей программы 5 лет.