

Аннотация к рабочей программе по учебному предмету Физическая культура 5 – 9 классы

Рабочая программа по учебному предмету Физическая культура составлена в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта общего образования, республиканского базисного учебного плана, учебного плана ОУ, «Положения о рабочей программе учебного предмета (курса)» на основе программы: Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов под общей редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Учебники: Виленский М.Я. Физическая культура 5-7 классы.- М.: «Просвещение», 2001; Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 8-9 классы. - М.: «Просвещение», 2009.

Цель изучения учебного предмета: установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение школьниками основами физической культуры, слагаемыми, которой являются крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Структура учебного предмета: Лёгкая атлетика, баскетбол, гимнастика с элементами акробатики, лыжная подготовка, волейбол.

Основные образовательные технологии: игровые, групповые, технология уровневой дифференциации, технология индивидуализации обучения.

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета Физическая культура учащиеся по окончании основной школы должны знать: основы истории развития физической культуры в России (в СССР); особенности развития избранного вида спорта; педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью; биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья; физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды; возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой; психофункциональные особенности собственного организма; индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности; способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок; правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями. Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения; разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности; контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и

совершенствования физических кондиций; управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать с взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения; соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях; пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой. Демонстрировать: физические способности, двигательные умения и навыки соответственно нормативу.

Формы контроля: сдача контрольных нормативов, контрольных тестов.