

## **Аннотации к рабочим программам по физической культуре основного общего образования**

### **Аннотация к рабочей программе по физической культуре (ФГОС) 5-9 классы**

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для 5-9 класса составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО, пункт 18.2.2), утвержден Минобрнауки РФ (зарегистрированный Минюстом России от 01.02.2011 г.) Основной образовательной программой школы-интерната и примерной основной образовательной программой по физической культуре.

**Физическая культура** — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» и является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность. В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах **основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами**, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Цель изучения предмета - 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.

Задачи:

- 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;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

- 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;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

На изучение учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане школы-интерната выделено 245 часов (5 класс 3 часа в неделю, 5 класс-35 учебных недель; 6 класс 2 часа в неделю, 6 класс-35 учебных недель; 7 класс 2 часа в неделю, 7 класс-35 учебных недель ).

#### Структура курса

Учебный предмет физической культуры структурируется по трем основным разделам: знания(информационный компонент деятельности), физическое совершенствование(мотивационно-процессуальный компонент деятельности)и способы деятельности(операционный компонент деятельности). В учебный материал входят следующие дисциплины:

5-7классы

Легкая атлетика;

Гимнастика;

Спортивные игры(баскетбол,волейбол,футбол);

Лыжная подготовка;

5 класс - требования к результатам освоения дисциплины

#### **Обучающийся научится:**

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;**(физическая культура человека)**
- раскрывать 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;**(современное представление о физической культуре)**
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;**(спортивно-оздоровительная деятельность)**
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;**(прикладно-ориентированная физкультурная деятельность)**
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

#### **Обучающийся 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; **(история и современное развитие физической культуры)**

- 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. **(физкультурно-оздоровительная деятельность)**

6 класс - требования к результатам освоения дисциплины

**Обучающийся научится:**

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек; **(физическая культура человека)**
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; **(способы двигательной физкультурной деятельности)**
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений; **(спортивно-оздоровительная деятельность)**
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега; **(прикладно-ориентированная физкультурная деятельность)**
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

**Обучающийся 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; **(история и современное развитие физической культуры)**
- 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. **(физкультурно-оздоровительная деятельность)**

7 класс - требования к результатам освоения дисциплины

**Обучающийся научится:**

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек; **(физическая культура человека)**
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; **(способы двигательной физкультурной деятельности)**
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга;
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений; **(спортивно-оздоровительная деятельность)**
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;

- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега; **(прикладно-ориентированная физкультурная деятельность)**

- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

**Обучающийся получит возможность научиться:**

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него данные контроля динамики физического развития и физической подготовленности; **(физическая культура человека)**

- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма. **(физкультурно-оздоровительная деятельность)**

- 

<b>Виды контроля</b>	<b>Формы контроля</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• вводный</li><li>• текущий</li><li>• тематический</li><li>• итоговый</li></ul>	фронтальный опрос; индивидуальный опрос; самостоятельные работы; защита проектов; зачёт; обобщение в игровой форме.

**В 5 - 7 классах проводятся по две диагностические контрольные работы:**

1 Стартовая контрольная работа (вводный контроль) проводится в начале учебного года и включает в себя практические задания в виде тестов, которые показывают уровень физической подготовленности на этот период

2 Диагностическая контрольная работа за год проводится в конце учебного года по модели, которая готовит учащихся к итоговой аттестации в новой форме и предусматривает проверку знаний учеников по основным разделам программы под редакцией Ляха. Система заданий адаптирована для данной возрастной категории. Работа состоит из двух частей (теоретической и практической), которые последовательно выполняются учениками. Выполнение двух частей обязательно для учащихся, занимающихся в основной группе здоровья. Выполнение теоретической части работы предназначено для детей, занимающихся в подготовительной группе. Форма оценивания-баллы (баллы переводятся в отметку).

### Аннотация к рабочей программе по физической культуре (ФКГОС) 8-9 классы

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для 8-9 класса составлена в соответствии с требованиями федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования и на основе авторской В.И.Лях, А.А.Зданевич (Физическое воспитание учащихся 1-11 классы) . в соответствии с требованиями федерального компонента государственного стандарта (2004 год).

Предмет «Физическая культура» включен в федеральный компонент учебного плана. К исходным требованиям, необходимым для изучения предмета физической культуры, относятся знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе обучения. Предметом образования в области физической культуры является двигательная (физкультурная) деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Цель изучения предмета:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

На изучение предмета «Физическая культура» в учебном плане школы-интерната выделено 210 часов (3 часа в неделю, 8 класс-36 учебных недель, 9 класс-34 учебные недели).

Структура курса

Учебный предмет физической культуры структурируется по трем основным разделам: знания(информационный компонент деятельности), физическое совершенствование(мотивационно-процессуальный компонент деятельности) и способы деятельности(операционный компонент деятельности). В учебный материал входят следующие дисциплины:

8-9 классы

Легкая атлетика;

Гимнастика;

Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол);

Лыжная подготовка;

Элементы единоборств.

Основные образовательные технологии

- здоровьесберегающие технологии - привитие гигиенических навыков, навыков правильного дыхания, приемов массажа, игр на свежем воздухе в целях закаливания, использование физических упражнений имеющих лечебно-воспитательный эффект, корригирующих и коррекционных упражнений;

- личностно-ориентированное и дифференцированное обучение применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья.

- информационно-коммуникационные технологии - показ презентаций для улучшения мотивации к занятиям физическими упражнениями и в приобретении знаний основ физической культуры;

Требования к результатам освоения дисциплины

Знать:

- историю развития физической культуры в России;

- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитание физических качеств, современные формы построения занятий физическими упражнениями;
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности;
- 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;
- психофункциональные особенности организма индивидуальные способы контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, правила использования спортивного инвентаря и оборудования;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи.

Уметь:

- технически правильно выполнять двигательные действия избранного вида спорта, специализации, использование их в соревнованиях;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений;
- управлять своими эмоциями, владеть культурой общения со взрослыми и сверстниками;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарём и оборудованием.

Демонстрировать:

- физические упражнения по этой группе требований.

Формы контроля

- Вводный
- Текущий
- Тематический
- Итоговый опрос
- Защита проектов
- Зачет
- Общение в игровой форме