

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 5-9 класс основного общего образования (ФГОС)

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для 5-9 классов разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2012);

- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2012 год);

- с авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012) и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 5—9 классы» (М.: Просвещение) 2014.

МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс из расчёта 3 ч в неделю: в 5 классе — 102 ч, в 6 классе — 102 ч, в 7 классе — 102 ч, в 8 классе — 102 ч, в 9 классе — 102 ч. Рабочая программа рассчитана на 510 ч на пять лет обучения (по 3 ч в неделю).

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

В области физической культуры:

владение умениями:

В связи с тем, что наша школа не имеет стадиона, спортивной площадки, дети не имеют возможности выполнять ряд двигательных навыков (бег 60 м, 100 м, бег на длинные дистанции на время, прыжок в длину с разбега (отсутствует прыжковая яма), прыжки в высоту с разбега (из-за недостаточности места для разбега и отсутствия инвентаря), метание малого мяча на дальность, метание набивного мяча (отсутствует спорт. инвентарь), лазание по канату. Поэтому на уроках дается техническая база выполнения данных упражнений. Также, в связи с отсутствием баскетбольной площадки , изучается базовая техника баскетбола .В метании на дальность мною используется баскетбольный мяч, и был разработан норматив для 5 – 9 классов. Данный вид умения частично компенсирует выполнение метания мяча на дальность и метание набивного мяча.

в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 30 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки);

в метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч с места в горизонтальную и вертикальную цели с 10— 15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10—12 м;

в гимнастических и акробатических упражнениях: комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из шести элементов, или комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов; выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперёд и назад в полу шпагат, «мост» и поворот в упор стоя на одном колене (девочки);

в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);

• демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;

• владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;

• владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырёхборью: бег 30 м, прыжок в длину с места, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;

• владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

Содержание основного общего образования по учебному предмету на учебный год

Знания о физической культуре (4 часа)

Гимнастика с основами акробатики (20 часов)

Легкая атлетика (48 часов)

Спортивные игры (30 часов): баскетбол (10 часов)+
волейбол(20 часов)

Рабочая программа для 7-9 класса

Пояснительная записка

Название программы: На основе ФК ГОС (письмо МОН РФ от 07.07.2005 № 03 – 1263) и примерных программ по физической культуре

На сколько часов рассчитана рабочая программа: 3 часа

В соответствии с ФБУПП учебный предмет « Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится 102 часа в год.

Учебник: Физическая культура. 5-7 классы : под общ. редакцией В.И.Ляха. -5-е изд. М.:2009г.

В программе В.И.Ляха, А.А.Зданевича программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть – входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу . На базовую часть программного материала (основы знаний, волейбол, гимнастика с элементами акробатики, легкая атлетика, кроссовая подготовка) отводится 84 часов , а на вариативную 18 часов.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. В 7 – 9 классах единоборства заменяются разделами легкой атлетики и кроссовой подготовки. Для прохождения теоретических сведений можно выделять время как в процессе уроков, так и один час урочного времени в каждой четверти.

Уровень программы (базовый стандарт/профиль): базовый стандарт

Для каких обучающихся составлена (опираясь на реальные недостатки в обученности - результат обучения): для общеобразовательных классов.

УМК учителя: Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2005г.

УМК обучающегося: Учебник Физическая культура.5-7 классы : под общ. редакцией В.И.Ляха. -5-е изд. М.:2009г.

По окончании основной школы учащийся может сдавать экзамен по физической культуре по выбору или дифференцированный зачет.

Учащиеся должны уметь демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	мальчики	девочки	примечание
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с	9,2	10,2	В связи с тем, что наша школа не имеет стадиона, спортивной площадки, дети не имеют возможности выполнять ряд двигательных навыков (бег 60 м, 100 м, бег на длинные дистанции на время, прыжок в длину с разбега (отсутствует прыжковая яма), прыжки в высоту с разбега (из-за недостаточности места для разбега и скользких матов), метание малого мяча на
Силовые	Прыжок в длину с места, см	180	165	
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с	12	-	
	Поднимание туловища лежа на спине руки за головой, кол-во раз	-	18	
К выносливости	Бег 2000 м, мин, с	8,5	10,2	

К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с	10	14,0	дальность, метание набивного мяча (отсутствует спорт. инвентарь), лазание по канату ,опорные прыжки через «козла» и «коня» (отсутствует спорт . оборудование). Поэтому на уроках дается техническая база выполнения данных упражнений. Также, в связи с отсутствием баскетбольной площадки , изучается базовая техника баскетбола .В метании на дальность мноу используется баскетбольный мяч, и был разработан норматив для 5 – 11 классов .Данный вид умения частично компенсирует выполнение метания мяча на дальность и метание набивного мяча.
	Броски малого мяча в стандартную мишень, м	12,0	10,0	

Рабочая программа для 10 -11 класса

Пояснительная записка

Название программы: На основе ФК ГОС (письмо МОН РФ от 07.07.2005 № 03-1263) и примерных программ по физической культуре.

На сколько часов рассчитана рабочая программа: 3 часа

В соответствии с ФБУП учебный предмет « Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится 102 часа в год.

Учебник: Развернутое тематическое планирование разработано на основе примерной программы среднего (пролного) образования по физической культуре (базовый уровень) и может быть применительно к учебной программе по физической культуре для учащихся 1 – 11 классов (Лях В. И., Зданевич А. А. – М.: Просвещение, 2005).

Тематический план ориентирован на использование следующих учебных пособий и материалов:

пособие для учащихся:

Мейксон Г. Б., Любомирский Л. Е., Лях В. И., Физическая культура: учебник для учащихся 10 – 11 классов. – М.: Просвещение, 2001;

пособия для учителя:

Лях, В. И. Физическое воспитание учащихся 10 – 11 кл. – М., 1997.

Настольная книга учителя физической культуры / под ред. Л.Б. Кофмана. М., 2000

Методика преподавания гимнастики в школе. – М.,2000.

Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры / под ред. Э .Найминова. – М.,2001.

Макаров, А.Н. Легкая атлетика. – М., 1990.

Практикум по легкой атлетике / под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова. – М., 1999.

Легкая атлетика в школе /под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого. – М., 1998.

Спортивные игры на уроках физкультуры / ред. О. Листов. – М.,2001.

Кузнецов. В.С., Колодницкий, Г.А. Физкультурно – оздоровительная работа в школе. – М.,2003.

Урок в современной школе / ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.

Спорт в школе / под ред. И.П.Космина, А.П. Паршикова, Ю.П. Пузыря. – М.,2003

Журнал «Физическая культура в школе».

Критерии оценивания подготовленности учащихся по физической культуре.

Учащиеся должны уметь демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	мальчики	девочки	примечания
Скоростные	Бег 100 м/с	14,3	17,5	В связи с тем, что наша школа не имеет стадиона, спортивной площадки, дети не имеют возможности выполнять ряд двигательных навыков (бег 60 м, 100 м, бег на длинные дистанции на время, прыжок в длину с разбега (отсутствует прыжковая яма), прыжки в высоту с разбега (из-за недостаточности места для разбега и скольжения матов), метание малого мяча на дальность, метание набивного мяча (отсутствует спорт. инвентарь), лазание по канату ,опорные прыжки через «козла» и «коня» (отсутствует спорт . оборудование). Поэтому на уроках дается техническая база выполнения данных упражнений. Также, в связи с отсутствием баскетбольной площадки , изучается базовая техника баскетбола .В метании на дальность мноу используется баскетбольный мяч, и был разработан норматив для 5 – 11 классов .Данный вид умения частично компенсирует выполнение метания мяча на дальность и метание набивного мяча. Скоростные способности учащиеся демонстрируют в беге на 30 м.
	Бег 30 м/с	5,0	5,4	
Силовые	Прыжок в длину с места, см	215	170	
	Подтягивание в висе на высокой перекладине, кол-во раз	10	-	
	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, кол-во раз	-	14	
К выносливости	Бег 2000 м, мин, с	-	10,00	
	Бег 3000 м, мин, с	13,30	-	

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре в 7-11 классах по четвертям

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)	Четверть

			1	2	3	4
1	Основы знаний о физической культуре	в процессе урока				
2	Спортивная игра волейбол	20			20	
3	Гимнастика с элементами акробатики	21		21		
4	Легкая атлетика	34	18			16
5	Кроссовая подготовка	17	9			8
6	Спортивная игра баскетбол	10			10	
	Итого	102	27	21	30	24