

Аннотация к рабочей программе по физической культуре в 6 классе

Учитель: Красильников И.А.

1. Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»

для обучающихся 6 класса ГБОУ СОШ №323 разработана на основе Комплексной программы физического воспитания под ред. В.И.Ляха и А.А.Зданевича.- М. Просвещение 2012г.

Реализация рабочей программы предполагается в условиях классно-урочной системы обучения, на ее освоение по учебному плану школы на 2019-2020 учебный год отводится 102 часа в год, 3ч. в неделю.

Рабочая программа по «физической культуре» на 2022/2023 учебный год разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (далее - ФГОС основного общего образования);

2. Воспитательный потенциал предмета «физическая культура» реализуется через:

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организацию их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроках интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;

3. Изучение предмета Физическая культура в основной, школе направлено на достижение следующих целей: Укрепление здоровья, содействие гармоническому, физическому развитию личности. Развитие и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков. Воспитание познавательной активности, интереса и инициативы на занятиях физическими упражнениями. Овладение общеразвивающими и корригирующими физическими упражнениями, умением их использовать в режиме учебного дня, активного отдыха и досуга.

Содержание данной рабочей программы предполагает установление содержательных межпредметных связей с другими курсами (биологией, физикой, ОБЖ, историей), проведение интегрированных уроков.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебной программы.

Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее - частное - конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанье и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

4. УМК по предмету:

Учебник: Физическая культура для 5-9кл. для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я. Виленского - М. Просвещение 2012г.

5.Рабочая программа включает следующие разделы: Легкая атлетика, кроссовая подготовка- 32ч. Гимнастика -24ч. Спортивные игры- 30ч.

Содержание тем учебного курса.

Основы знаний. Культурно – исторические основы: Основы истории возникновения и развития физической культуры, олимпийского движения и отечественного спорта. Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни современного человека.

Естественные основы: Влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие школьника. Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения.

Социально – психологические основы; Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии внимания, памяти и мышления.

Способы самоконтроля: Приемы определения самочувствия, работоспособности, сна, аппетита. Приемы самоконтроля физических нагрузок.

Легкая атлетика.

Решает задачи поддержки и укрепления здоровья, способствует развитию выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия, мышления.

Кроссовая подготовка, высокий и низкий старт, стартовый разгон, прыжки в длину с места и с разбега, прыжки в высоту, метание в цель и на дальность, бег 60 метров, финиширование

Гимнастика.

Решает оздоровительные и профилактические задачи, развивает силу, выносливость, координацию, гибкость, равновесие. Совершенствует память, внимание, целенаправленность, мышление. О.Р.У., упражнения в парах, кувырки вперед и назад, стойка на голове, кувырок назад в полушпагат, мост, лазание по канату, опорные прыжки через козла, упражнения для коррекции нарушения осанки. Техника безопасности во время занятий гимнастикой. Первая помощь при травмах.

Спортивные игры: способствуют совершенствованию двигательной подготовленности, укреплению здоровья, в том числе развитию координационных способностей, ориентации в пространстве, скорости, реакции. Развитие личностных качеств, волевых качеств, инициативности и самостоятельности.

Баскетбол.

Ловля и передача мяча с пассивным сопротивлением защитника, ведение, броски мяча в корзину с места и в движении, прием мяча, овладение мячом, приемы техники защиты, Тактика нападения. Правила игры. Техника безопасности. Первая помощь при травмах.

Волейбол.

Стойка и перемещение игрока, верхние и нижние передачи мяча в парах и через сетку, нижняя прямая подача, нападающий удар, прием мяча после подачи, отбивание мяча кулаком. Правила игры, техника безопасности.

6. Требования к уровню достижений обучающихся:

В результате изучения:

Знать/понимать Основы истории развития физической культуры в России. Современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью. Физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, психофункциональные особенности собственного организма. Правила личной гигиены; профилактика травматизма и оказание доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

Уметь:

Технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спорта; использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга. Проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения. Управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения. Пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

Легкая атлетика: уметь выполнять низкий и высокий старт; стартовый разгон, бег 60 м. на время, 6-минутный бег, метание мяча на дальность и в цель. Прыгать прыжки в длину с места и с разбега, прыжки в высоту.

Гимнастика: выполнять опорный прыжок, (мальчики) согнув ноги, (девочки) – ноги врозь через козла. Лазание по канату. Упражнения в висах и упорах. Акробатические упражнения – кувырки вперед и назад, мост, выполнять комбинации из 4-5 пройденных элементов. Упражнения в равновесии
Спортивные игры: стойка игрока, перемещение, ловля и передача мяча 2 руками на месте и в движении, без сопротивления и с пассивным сопротивлением противника. Ведение мяча по прямой и с изменением направления. Вырывание и выбивание мяча. Штрафные броски. Волейбол: стойка и перемещение игрока, верхние и нижние передачи мяча в парах
Игра по упрощенным правилам. **Демонстрировать:** скоростные качества - бег 60метров, силовые качества - прыжки в длину с места (м.) 180см. (д). 165см. Выносливость- 2км (м). 1500м (д). Координация - челночный бег.

7. Система оценивания включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний; степень владения двигательными умениями и навыками; умением осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов. Надо учитывать психологические особенности, физические возможности подростков Оценка должна стимулировать активность подростка к занятиям физической культурой, желанием улучшить свои результаты.

Формы контроля: аттестация по итогам четверти, по итогам года, по мониторинговой системе

Форма учета достижений (урочная деятельность-анализ текущей успеваемости, внеурочная деятельность - участие в олимпиадах, соревнованиях).

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки.

Мелкими ошибками считаются, такие ошибки, которые не влияют на качество и результат выполнения упражнения. К мелким ошибкам в основном относятся - неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, заступ при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают, особое искажения структуры движения, но влияют на качество выполнения. К значительным ошибкам относятся: старт не из требуемого положения, отталкивание далеко от планки при прыжках длину и высоту, несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие ошибки, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения

Итоговая отметка выставляется за овладение всеми показателями, составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Учащиеся отнесенные по состоянию здоровья к специальной (освобожденные) медицинской группе, оцениваются по разделу «Основы знаний».

8. Рекомендации для обучающихся и их родителей. Регулярно заниматься физкультурой и спортом. Принимать активное участие в спортивных мероприятиях и соревнованиях вместе с родителями.