

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБОУ «Школа №32»
Протокол № 1
от 28.08.2013 г.

СОГЛАСОВАНО
Руководитель МО
Протокол № 1
от 28.08.2013 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказ № 1800 от 29.08.2013 г.

Рабочая программа и календарно-тематическое планирование уроков

физическая культура
предмет

классы 6 в, 2, 2 б.

Количество часов:

Всего: 102 часов, в неделю 3 час

Плановых контрольных работ _____

Зачетов _____, тестов _____, практических работ _____

Программа составлена на основе

Комплексная программа физического воспитания
учащихся 1-11 классов; автор Лях В.И., Зрянов А.А.
Москва: «Просвещение» 2010.

Учебник

Дополнительная литература

Программу составил Лиховцов В.И. Бауэр А.В.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Физическая культура 6-9 класс

Данная рабочая программа разработана на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич.

Программа разработана для трехразовых занятий по физической культуре в неделю, что предусмотрено используемой комплексной программой физического воспитания. Календарно-тематическое планирование в 5-9 классах предусматривает углубленное обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта: легкая атлетика, гимнастика с элементами акробатики, спортивные игры (баскетбол). Часы, предусмотренные программой на элементы единоборств и кроссовую подготовку, переданы на раздел лыжной подготовки.

Часы, предусмотренные программой на вариативную (дифференцированную) часть физической культуры переданы на изучение игры в волейбол, так как в базовой части предусмотрено изучение одной игры – баскетбол.

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. В этой связи, в основе принципов дальнейшего развития системы физического воспитания в школе должны лежать идеи личностного и деятельностного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

Решение задач физического воспитания учащихся направлено на:

- 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 (скоростно-силовых, скоростных) способностей;
- 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 приемах 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;