

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе предметной области «Физическая культура», учебного предмета « Физическая культура» 5-9 (10) класса

Автор: Кочмарев Алексей Викторович (учитель физической культуры)

Статус программы: 1. АООП ООО разработана с учётом положений «Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения основной школы». 2. Адаптирована для обучения учащихся с ограниченными возможностями здоровья основного общего образования. 3. Учитывает возрастные особенности психофизического развития учащихся с ОВЗ, их типологические и индивидуальные возможности, обеспечивающие коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию. 4. С учётом потребностей и запросов родителей (законных представителей) учащихся с ОВЗ, муниципального задания, социального заказа, условий взаимодействия с социальными партнерами и сложившихся традиций МБСКОУ школы-интерната № 11.

АООП ООО МБСКОУ школы-интерната № 11 содержит обязательную часть (70 %) и часть, формируемую участниками образовательной деятельности (30 %), представленных во всех трёх разделах АООП ООО (п. 15 ФГОС ООО).

АООП ООО, являясь локальным нормативным актом, определяет содержание и организацию образовательной деятельности в основном общем образовании для детей с ТНР.

Направленность: образовательная, физкультурно-оздоровительная.

Цель программы: целью школьного физического воспитания является 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.

Контингент обучающихся: учащиеся ОВЗ (ТНР) 5-9(10) классов

Продолжительность реализации программы: 6 лет, реализуется поэтапно с учетом возрастных и половых особенностей, физического развития и функциональных возможностей обучающихся, согласно требованиям ФГОС.

Режим занятий: Курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс из расчёта 3 ч в неделю: в 5 классе —102ч, в 6 классе —102ч, в 7 классе —102ч, в 8 классе —102 ч, в 9 классе —102 ч, и 2 ч в неделю: в 10 классе- 68ч. В связи с изменениями в учебном плане МБОУ С(К)ОШ №11, в 10 классе 1ч вынесен во внеурочную деятельность за счет этого программа будет выполнена. В связи со спецификой обучающегося контингента детей, с тяжелыми нарушениями речи, а также коррекционной направленностью учреждения, внесены изменения в учебном плане 7-10 классов – отсутствует раздел «Единоборства» (по медицинским показаниям для детей с ОВЗ V вида), данная учебная нагрузка распределена на другие разделы учебного плана (лыжи, легкая атлетика). А так же введен дополнительный год обучения к программе 9 класса, в виде 10 класса, где программа предыдущего класса дублируется, по принципу «совершенствования полученных ранее навыков и умений».

В качестве углубленного изучения выбраны спортивные игры с мячом : футбол и гандбол, в связи со спецификой обучающегося контингента детей, с тяжелыми нарушениями речи, а также коррекционной направленностью учреждения, для развития координационных способностей у детей с ОВЗ V вида и укрепления мышечной моторики.

Форма организации процесса обучения: очная, занятия проводятся в учебных классах по 12-15 человек. Мальчики и девочки занимаются вместе. Основными формами учебных занятий являются:

- ✓ Групповые, индивидуальные, самостоятельные учебные занятия;
- ✓ Теоретические занятия (беседы, лекции, презентации, проекты);
- ✓ Восстановительно-профилактические и оздоровительные мероприятия;
- ✓ Инструкторско-методические занятия;
- ✓ Соревнования, праздники, спортивные мероприятия и конкурсы.

Содержание: материал программы дается в следующих разделах:

1. Физическая культура как область знаний:

- история и современное развитие физической культуры
- современное представление о физической культуре (основные понятия)
- физическая культура человека;

2. Способы физкультурной деятельности:

- организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой
- оценка эффективности занятий физической культурой;

3. Физическое совершенствование:

- физкультурно- оздоровительная деятельность
- оздоровительная гимнастика
 - скандинавская ходьба
- спортивно- оздоровительная деятельность с общей направленностью:

- Легкая атлетика
- Баскетбол
- Гимнастика с основами акробатики
- Лыжная подготовка
- Волейбол
- Футбол
- Гандбол
- Упражнения общеразвивающей направленности

4. Прикладно- ориентированная подготовка:

- тестирование уровня развития физических качеств
- полоса препятствий

Планируемые результаты:

Планируемые результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «С (К)ОШ №11 г. Челябинска».

– обеспечивают связь между требованиями Стандарта, образовательной деятельностью и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы;

– являются содержательной и критериальной основой для разработки рабочих программ учебных предметов, рабочих программ, курсов метапредметной направленности, программ воспитания, а также системы оценки результатов освоения обучающимися основной образовательной программы основного общего образования в соответствии с требованиями Стандарта.

5 класс

Ученик научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

Ученик 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;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;

6 класс

Ученик научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой.

Ученик получит возможность научиться:

- определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми;

- выявлять различия в основных способах передвижения человека;
- применять беговые упражнения для развития физических качеств;

7 класс

Ученик научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, подвижных игр, обеспечивать их оздоровительную направленность;

Ученик получит возможность научиться:

- демонстрировать физические кондиции (выносливость, скоростную выносливость);
- уметь выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, повороты);
- описать технику игровых действий и приемов осваивать их самостоятельно;

8 класс

Ученик научится:

- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;

Ученик получит возможность научиться:

- *демонстрировать физические кондиции (выносливость, скоростную выносливость);*
- *уметь выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, повороты);*
- *описать технику игровых действий и приемов осваивать их самостоятельно;*

9 класс

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять 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;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Выпускник 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;*
- *характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принеших славу российскому спорту;*
- *определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.*
- *выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;*

10 класс

Выпускник научится:

- *составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;*
- *классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;*
- *самостоятельно выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;*
- *тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;*
- *выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и координации);*
- *выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;*
- *выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.*

Выпускник получит возможность научиться:

- *вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;*
- *проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, обеспечивать их оздоровительную направленность;*
- *выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;*
- *осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;*