

Аннотация программы «физкультура» для 5-9 классов

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (2010г.) на основе «Рабочей программы по физической культуре для учащихся 5 – 9 классов» доктора педагогических наук В.И. Ляха. (Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5 – 9 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2011).

Учебно – методический комплект:

- Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов. М., «Просвещение», 2011

- Физическая культура: учебник для учащихся 5 – 7 кл. общеобразовательных учреждений / (М.Я. Виленский, И. М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.) под ред. М.Я. Виленского, 3-е изд., испр. – М.: Просвещение, 2011.

Курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс из расчета 3 ч. в неделю:

в 5 классе – 105ч, в 6 классе – 105ч, в 7 классе – 105ч, в 8 классе – 105ч, в 9 классе – 102ч.

Структура дисциплины:

1. знания о физической культуре:
2. способы двигательной (физкультурной) деятельности:
3. физическое совершенствование:

Формы контроля:

опрос
наблюдение
тестирование по контрольным нормативам
наблюдение

Требования к результатам освоения дисциплины

- способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности;

- способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

- умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдения.