Даринская Альвина Николаевна

Подписан: Даринская Альвина Николаевна
DN: C=RU, OU=директор, O="МБОУ ""Центр образования пгт. Южно-Курильск""", CN=Даринская Альвина Николаевна, E=centr_o@mail.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023.09.05 16:00:55+11'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.0.1

АННОТАЦИЯ

к адаптированной рабочей программе по физической культуре 5-9 классы

1.Полное наименование программы

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» 5-9 классы (базовый уровень)

2.**Количество часов для реализации программы**

Дисциплина «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс из расчёта 3 ч в неделю — 102ч. в год. Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводится 510 ч, из расчета 3 ч в неделю с V по IX класс.

3 Учебно-методический комплекс

- Физическая культура 8-9 класс, учебник для учащихся. – В.И. Лях.- М.: Просвещение, 2017.
- Комплексная программа физического воспитания 1 -11 классы. Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. М., Просвещение, 2009г.
- Справочник учителя физической культуры. Авторы: П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. Волгоград, Учитель, 2008г.
- Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. Автор: В.С.Кузнецов, Г.А. Колодницкий. М., Владос, 2003 г.
- Физическое воспитание в школе. Автор: Е.Л. Гордияш, И.В. Жигульская, Г.А. Ильина, О.В. Рыбъякова Волгоград: Учитель,2008г.
- Лучшие спортивные игры для детей и родителей. Автор Ю. Антонова, М.: ООО «ИД РИПОЛ классик», «ДОМ XXI век», 2006 г.
- Оздоровительные основы физических упражнений. – Л.Д. Назаренко. – М.: ВЛАДОС – ПРЕСС, 2003.
- Олимпийцы среди нас. – А. Исаев. – М.: Физкультура и спорт, 1998.
- Внеклассное мероприятие по физкультуре в средней школе. – М.В. Видякин. – Волгоград: Учитель, 2006.
- Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе 1-11 кл. – Г.И. Погадаев, Б.И. Мишин – М.: ДРОФА, 2006.
- Ежедневные занятия физкультурой с учащимися на воздухе. – И.Г. Скачков. – М.: Просвещение, 1991.
- Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения. – Г.П. Болонов. М.: Творческий центр, 2003.
- Двигательный режим в образовательных учреждениях. – И.М. Николаичев, А.Л. Карасик, А.В. Фищенко, Л.В. Механюк, М.А. Сазонова. М.: 2009.
- Тестовый контроль 5-9 кл. – В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2009.
-

4.**Цель реализации программы**

Целью реализации основной образовательной программы среднего общего образования по предмету «Физическая культура» является освоение содержания предмета «Физическая культура» и достижение обучающимися результатов изучения в соответствии с требованиями, установленными ФГОС СОО.

Главными задачами реализации программы являются:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

5. **Требования к уровню подготовки обучающихся**

В результате изучения физической культуры ученик должен знать/понимать:

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа**.**

Уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической

подготовленности;

- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки:

• соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
• осуществлять судейство школьных соревнований по одному из видов спорта;
Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
• проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
• включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.