

Рабочая программа по физической культуре 8-9 класс

Рабочая программа по физической культуре для учащихся 8 - 9 классов разработана на основе Федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования по физической культуре, 2004 года и «Комплексной программы по физической культуре 1-11 классы», авторы: В.И.Лях, А.А. Зданевич, издательство «Просвещение», Москва, 2010г.

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Личностно-ориентированный подход в образовательном процессе, реализуемый в рабочей программе, рассматривает физическую культуру не только как средство укрепления здоровья и развития физических кондиций человека, но и как явление общечеловеческой культуры, проявляющейся в культуре здоровья, культуре телосложения, культуре движения, как способ жизнедеятельности человека, проявляющийся через творческую активность, культуру поведения и общения, культуру взаимодействия с людьми.

Формирующаяся под влиянием изучения предмета физической культуры личностная самоидентификация усиливает мотивацию учащихся на овладение предметным содержанием физической культуры, обуславливает активное использование освоенного содержания в процессе самопознания и последующего самоопределения. Таким образом, овладение содержанием учебного предмета, предусмотренного рабочей программой по физической культуре, обеспечивает не только всестороннее физическое развитие и физическую подготовленность учащихся, укрепление их здоровья, но и способствует развитию их гуманитарной культуры, содействует активному включению в социальные процессы, в здоровый образ жизни.

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

Задачи физического воспитания учащихся 8-9 классов направлены 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 дифференцирование основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) 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;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.
- воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребностей в его укреплении и длительном сохранении;
- формирование интересов и потребностей школьников в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- мотивировать к творческому использованию осваиваемого учебного материала в разнообразных формах активного отдыха и досуга.

Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс

Рабочая программа по физической культуре для учащихся 8 - 9 классов разработана на основе Федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования по физической культуре, 2004 года и «Комплексной программы по физической культуре 1-11 классы», авторы: В.И.Лях, А.А. Зданевич, издательство «Просвещение», Москва, 2010г.

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Личностно-ориентированный подход в образовательном процессе, реализуемый в рабочей программе, рассматривает физическую культуру не только как средство укрепления здоровья и развития физических кондиций человека, но и как явление общечеловеческой культуры, проявляющейся в культуре здоровья, культуре телосложения, культуре движения, как способ жизнедеятельности человека, проявляющийся через творческую активность, культуру поведения и общения, культуру взаимодействия с людьми.

Формирующаяся под влиянием изучения предмета физической культуры личностная самоидентификация усиливает мотивацию учащихся на овладение предметным содержанием физической культуры, обуславливает активное использование освоенного содержания в процессе самопознания и последующего самоопределения.

Таким образом, овладение содержанием учебного предмета, предусмотренного рабочей программой по физической культуре, обеспечивает не только всестороннее физическое развитие и физическую подготовленность учащихся, укрепление их здоровья, но и способствует развитию их гуманитарной культуры, содействует активному включению в социальные процессы, в здоровый образ жизни.

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

Задачи физического воспитания учащихся 10-11 классов направлены 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 дифференцирование основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) 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;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.
- воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребностей в его укреплении и длительном сохранении;
- формирование интересов и потребностей школьников в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- мотивировать к творческому использованию осваиваемого учебного материала в разнообразных формах активного отдыха и досуга.