

КАНЕВСКОЙ РАЙОН СТАНИЦА НОВОМИНСКАЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 32
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАНЕВСКОЙ РАЙОН

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от 29.08.2015 года протокол № 1
Председатель  А.И. Соковник



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По физической культуре

Уровень образования (класс) основное общее образование, 8-9 классы

Количество часов 204

Учитель Тимчишин Василий Петрович, Марков Евгений Владимирович

«Физическая культура» для 8-9 классов составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, примерной образовательной программы для начального общего образования, авторской комплексной программы Физического воспитания учащихся, 1-11 классы В.И. Ляха, А.А. Зданевича, М., Просвещение, 2012

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

для учащихся 8-9 классов

Тематическое планирование составлено на основе учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В.И.Лях, А.А.Зданевич. – М.: Просвещение, 2012) и является частью Федерального учебного плана для образовательных учреждений Российской Федерации. Она разделена на три программы: программа для 1-4 классов, 5-9 классов и 10-11 классов.

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится 102 часа в год.

Для прохождения программы по физическому воспитанию в учебном процессе в начальной школе предполагается использовать следующие учебники.

Уровень программы	Программа	Тип классов	Кол-во часов	Учебники
Углубленный	Авторская	8-9	3	Физическая культура 8-9 классы/ под ред. Г. И. Мейксона.- М.: Просвещение, 2012 Физическая культура 8-9 классы/ под ред. В. И. Ляха.- М.: Просвещение, 2012

В программе В. И. Ляха, А. А. Зданевича программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. В 8-9 классах единоборства заменяются разделами легкой атлетики и кроссовой подготовки. Для прохождения теоретических сведений можно выделить время как в процессе урока, так и один час урочного времени в каждой четверти.

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании изучения раздела, так мере текущего освоения умений и навыков. По окончании основной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования. По окончании основной школы учащийся может сдавать экзамен по физической культуре как экзамен по выбору или дифференцированный зачет.

2.Общая характеристика учебного предмета курса

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными-половыми особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью:

- образовательно-познавательной направленности знакомят с учебными знаниями, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий, с использованием ранее разученного учебного материала;
- образовательно-предметной направленности используются для формирования обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжной подготовки;
- образовательно-тренировочной направленности используются для преимущественного развития физических качеств и решение соответствующих задач на этих уроках, формируются представления о физической подготовке и физических качеств, обучают способам регулирования физической нагрузки, способам контроля ее и влиянии на развитие систем организма.

В процессе обучения применяются методы физического воспитания:

словесный метод (объяснение, указания, команда, убеждение);

наглядный метод (демонстрация, наглядные пособия, и т.д.);

метод разучивания нового материала (в целом и по частям);

методы развития двигательных качеств (повторный, равномерный, соревновательный, игровой и т.д.).

Используются современные образовательные технологии:

- здоровьесберегающие технологии - привитие гигиенических навыков, навыков правильного дыхания, приемов массажа, игр на свежем воздухе в целях закаливания, использование физических упражнений имеющих лечебно-воспитательный эффект, корригирующих и коррекционных упражнений;

- личностно-ориентированное и дифференцированное обучение - применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья.
- информационно-коммуникационные технологии - показ презентаций для улучшения мотивации к занятиям физическими упражнениями и в приобретении знаний основ физической культуры;

Важной особенностью образовательного процесса физического воспитания является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании изучения раздела, так и по мере текущего освоения умений и навыков. В начале и конце учебного года учащиеся сдают шесть зачетных упражнений (тесты) для определения уровня физического развития и физических способностей. Тесты принимаются в виде зачетов по плану на уроках легкой атлетики. Кроме зачетов по уровню физического развития, в каждой четверти принимаются контрольные упражнения по пройденным разделам программы.

3.Описания места учебного предмета, курса

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ учебный предмет «Физическая культура» является обязательным в основной школе и на его преподавание выделяется 204 ч, по 102 ч в 8,9 классах (3 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

4.Содержание учебного предмета, курса

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля

Естественные основы

8-9 классы. Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов.

Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции системы дыхания, кровоснабжения.

Роль психических процессов в обучении двигательным действиям и движениям.

Социально-психологические основы

8-9 классы. Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии внимания, памяти и мышления. Совершенствование и самосовершенствование физических способностей, влияние этих процессов на физическое развитие, повышение учебно-трудовой активности и формирование личностно значимых свойств и качеств.

Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по объяснению.

Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма и физической подготовленностью.

Культурно-исторические основы

8-9 классы. Физическая культура и её значение в формировании здорового образа жизни современного человека.

Приемы закаливания

8-9 классы. Воздушные ванны (теплые, безразличные, прохладные, холодные, очень холодные). Солнечные ванны (правила, дозировка).

Волейбол

8-9 классы. Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по волейболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

Баскетбол

8-9 классы. Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

Гимнастика

8-9 классы. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развитие силовых способностей и гибкости. Страховка во время занятий. Основы выполнения гимнастических упражнений.

8-9 класс. Значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей. Страховка и самостраховка во время занятий. Техника безопасности во время занятий.

Легкая атлетика

8-9 классы. Терминология легкой атлетики. Правила и организация проведения соревнований по легкой атлетики. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе.

Кроссовая подготовка

8-9 классы. Правила и организация проведения соревнований по кроссу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Помощь в судействе.

Учащиеся должны уметь демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 60м с высокого старта с опорой на одну руку, с	9,2	10,2
Силовые	Прыжок в длину с места, см	180	165
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с	12	-
	Поднимание туловища лежа на спине руки за головой, кол-во раз	-	18
К выносливости	Бег 2000м	8,30	10,20
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с	10,0	14,0
	Броски малого мяча в стандартную мишень, м	12	10

Задачи: физического воспитания учащихся 8-9 классов **направлены:**

- на содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма;
- углубленное представление об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции.

5. Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре для 8-9 классов

№	Вид программного материала	Количество часов (уроков)			
		Класс			
		VIII	IX		
1	Базовая часть	75	75		
1.1	Основы знаний о физической культуре	в процессе урока			
1.2	Спортивные игры (волейбол)	18	18		
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18			
1.4	Легкая атлетика	21	21		
1.5	Кроссовая подготовка	18	18		
2	Вариативная часть	27	27		
2.1	Баскетбол	27	27		
	Итого	102	102		

6. Описание учебно методического и материально технического обеспечения образовательной деятельности.

1. Комплексная программа ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Москва, «Просвещение», 2012 г
2. Развернутое тематическое планирование «Физкультура 1-11 классы»: комплексная программа физического воспитания учащихся В. И. Ляха, А. А. Зданевича/ авт.-сост. А. Н. Каинов, Г. И. Курьерова. Волгоград: Учитель, 2011.
3. Настольная книга учителя физической культуры / авт.-сост. Г. И. Погадаев. – М.: Физкультура и спорт, 2011.
4. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы / В. И. Лях. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2012.
5. Виленский М.Я., Лях В.И., Предметная линия учебников 5-9 классы. 4-е изд., стереотипн.- М.:Просвещение, 2011.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое ко-во	Примечание
2	Демонстрационные учебные пособия		

1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
2	Плакаты методические	Д	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и
3	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения	Д	
Экранно-вуковые пособия			
4	Аудиовизуальные пособия по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителях)	Д	
Технические средства обучения			
5	Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д	С возможностью использования аудиодисков, СО-К, СБ-К\У, МРЗ, а также магнитофонных записей
6	Радиомикрофон (петличный)	Д	
7	Мегафон	Д	
8	Мультимедийный компьютер	Д	Технические требования: графическая операционная система, привод для чтения/записи компакт-дисков, аудио- и наушниками. С пакетом прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных) видеовходы/выходы, возможность выхода в Интернет. Оснащён акустически-, мик колонками, микрофоном
9	Сканер	Д	
10	Принтер лазерный	Д	
11	Копировальный аппарат	Д	Может входить в материально-техническое оснащение образовательного учреждения
12	Цифровая фотокамера	Д	
13	Мультимедиапроектор	Д	
14	Экран (на штативе или навесной)	Д	Минимальные размеры 1,25 x 1,25
№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое кол-во	Примечание
15	Лента финишная	1	
16	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	1	
17	Рулетка измерительная (Юм, 50м)	1	

18	Номера нагрудные	10	
19	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	8	
20	Учебно-практическое оборудование спортивноучебн		
21	Стенка гимнастическая	6	
22	Бревно гимнастическое напольное	1	
23	Козёл гимнастический	1	
№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое кол-во	Примечание
		Начальная школа	
2.1	Конь гимнастический	1	
2.2	Переключатель гимнастическая	2	
2.3	Канат для лазанья с механизмом крепления	2	
2.4	Мост гимнастический подкидной	2	
2.5	Скамейка гимнастическая жёсткая	4	
2.6	Комплект навесного оборудования	2	В комплект входят переключатель, брус, мишени для метания
2.7	Коврик гимнастический	15	
2.8	Маты гимнастические	10	
2.9	Мяч набивной (1 кг, 2 кг)	4	
3.0	Мяч малый (теннисный)	5	
3.1	Скакалка гимнастическая	20	
3.3	Палка гимнастическая	4	
3.4	Обруч гимнастический	20	
3.5	Секундомер	2	
3.6	Сетка для переноса малых мячей	2	
3.7	Планка для прыжков в высоту	1	
3.8	Стойка для прыжков в высоту	1	
3.9	Флажки разметочные на опоре	6	
4.1	Мячи баскетбольные для мини-игры	10	
4.2	Сетка для переноса и хранения мячей	3	
4.3	Жилетки игровые с номерами	10	
4.3	Стойки волейбольные универсальные	2	
4.4	Сетка волейбольная	2	
4.5	Мячи волейбольные	10	
4.6	Ворота для мини-футбола	4	
4.7	Сетка для ворот мини-футбола	4	
4.8	Мячи футбольные		

4.9	Номера нагрудные		
5.0	Ворота для ручного мяча		
5.1	Мячи для ручного мяча		
5.2	Компрессор для накачивания мячей	1	
5.3	<i>Туризм</i>		
5.4	Палатки туристские (двухместные)	6	
5.5	Рюкзаки туристские	2	
5.1	Комплект туристский бивуачный	1	
5.2	<i>Средства первой помощи</i>		
5.3	Аптечка медицинская	1	
5.4	Спортивные залы (кабинеты)		
5.5	Спортивный зал игровой		С раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек,

<p>СОГЛАСОВАННО</p> <p>Протокол заседания методического объединения учителей физической культуры и ОБЖ МБОУ СОШ № 32 26 августа 2015г. № 1 Руководитель МО _____ _____</p>	<p>СОГЛАСОВАНО</p> <p>Заместитель директора по УВР _____ С.И. Любченко «29» августа 2015 г.</p>
--	---