

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ (ФГОС)

Общеобразовательная программа по физической культуре для 5-9 классов составлена на основе авторской программы В.И.Ляха¹.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общеподготовительной подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Изучение физической культуры в основной школе на базовом уровне направлено на достижение следующих целей:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта
- физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Общая характеристика учебного предмета

Преподавание физической культуры в вальдорфской школе основывается на общедидактических принципах. Учитывая особенности развития учащихся, их мотивацию к занятиям, учитель стремится не использовать метод принуждения при выполнении занятий, а ищет необходимые приёмы, пробуждающие интерес к уроку и чувства радости от выполнения двигательных действий. Все уроки планируются после основных предметов во второй половине учебного дня. Оценка успеваемости по физической культуре включает в себя качественную характеристику — свидетельство, которое описывает пройденный за учебный год материал, личные успехи, интересы и достижения ученика. Описывает отношения его в коллективе. Такой подход к оценке деятельности учащегося заставляет учителя быть наблюдательным к каждому ребёнку. Соревновательный метод в уроке используется как необходимый педагогический приём, а не как контроль — проверочные мероприятия на выявление лучшего или сильнейшего.

¹ Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций В.И. Лях. — М.: Просвещение, 2013.

Оценка учёта освоения программы осуществляется исходя из гуманистического принципа индивидуального подхода к каждому ребёнку.

Согласно концепции вальдорфской педагогики в 5-7 классах в рамках предметной области «Физическая культура» вводится предмет «Эвритмическая гимнастика» - 1 час в неделю. Уроки эвритмической гимнастики направлены на развитие культуры движения. Эвритмическая гимнастика – это в первую очередь осознанная культура воли, опосредованная внутренним переживанием. И, как способ их развития, эвритмическая гимнастика является предметом с уникальными возможностями не только эстетического развития, но и терапевтического воздействия на растущий организм в целом и одновременно с этим является основой для развития общего художественного вкуса в частности.

Курс эвритмического искусства рассчитан на 3 года обучения на ступени основного общего образования. Эвритмическая гимнастика – это особый вид художественного движения, который способствует общему телесному и душевному развитию ребёнка. В переводе с греческого языка «эвритмия» - это «прекрасный ритм, прекрасное движение». Как искусство движения, эвритмическая гимнастика основана на закономерностях речи и музыки и воплощает их в видимой, образной форме. На занятиях речь идёт, с одной стороны, об участии душевной сферы в осуществлении движения, а с другой, о том, что в основе любых движений лежат объективные закономерности.

Эвритмическая гимнастика в соответствии с различными возрастными ступенями является важным средством в становлении ребёнка. Сюда также входят движения, наполненные смыслом: упражнения на концентрацию, развивающие ловкость с палочкой, с мячиками, на ориентирование в пространстве, переживание в пространстве геометрических форм, формы зеркального отражения.

Эвритмическая гимнастика в школе является предметом с большими возможностями эстетического, гармонизирующего и развивающего воздействия.

Эвритмия – это и социально - ориентированное искусство. При работе в коллективе концентрация на собственном движении постоянно связана с необходимостью чувствовать движение других, всей группы как единого организма. Уроки позволяют развивать утончённое восприятие другого человека, окружающей природы.

В основу организации урока эвритмической гимнастики заложены такие базовые упражнения как: «закрытие-раскрытие» в пространстве, чередование упражнений на концентрацию и ловкость с упражнениями на ритм, мелодию, звуковысотность, движение по формам, свободная импровизация движения. Уроки позволяют развивать утончённое восприятие к другому человеку, к окружающей природе. Таким образом, средствами эвритмии происходит постижение взаимоотношений «Человек- Мир».

К одиннадцати годам переживание «Я и Мира» приходят в гармонию в душе ребёнка. На уроках эвритмии прорабатывается большая тема «Геометрия собственного тела». В связи с уроками истории ведётся работа над текстами из древних культур. Поэтические сочинения из уроков иностранного языка могут быть положены на язык эвритмического движения.

Цели и задачи обучения в 5 классе:

- Упражнять движения, соответствующие грамматическим формам языка;
- Упражнять жесты, связанные со звуком и словами;
- Знакомство учащегося с геометрией его собственной фигуры (тела);
- Упражнять жесты, характерные для древних культур (Индия, Персия, Египет, Греция);
- Научить учащихся работать с текстами на иностранном языке;
- Научить учащихся работать с мелодиями на два голоса, канонами;
- Знакомство с разными музыкальными ключами (знаки при ключе, тональности);
- Развитие умения концентрироваться.

На пороге переходного возраста подростки теряют свою былую лёгкость: ребёнок переживает быстрый рост и тяжесть костной системы. Подросток становится угловатым. Эти изменения выдвигают новые требования к воспитанию и обучению. Параллельно с уроками геометрии разучиваются превращения форм и перемещения, в пространстве. Эти упражнения поддерживают возрастающую способность ориентироваться в пространстве, придавая подростку уверенность.

Упражнения на симметрию приводят подростка к внутреннему равновесию так необходимому в этом возрасте. Музыкальные упражнения на тоны и интервалы (в частности октавы) дают гармонизирующий импульс в этом возрасте.

Цели и задачи обучения в 6 классе

- Познакомить детей с выражением душевного в речевой эвритмии;
- научить детей соединять во времени и пространстве различные ритмические структуры;
- в речевой эвритмии научить непрерывному движению в речевом потоке;
- в музыкальной эвритмии научить дифференцированному слышанию мелодических голосов;
- развивать пространственное мышление учащегося на основе геометрических преобразований;
- развивать свободу и ловкость в работе с медной палочкой.
- В поэтической части урока внимание обращается на тонкие языковые оттенки – чередующиеся упражнения оттенков настроения человеческой души – радость, печаль, сосредоточенность. Через эвритмические движения и жест они могут помочь подростку лучше разобраться с собственными резко меняющимися настроениями души. Очень организуют учеников в этом возрасте сложные превращения геометрических форм. Различные упражнения форм приобретают характер упражнений на концентрацию и самообладание. Упражнения на правильную осанку требуют от подростка более сознательного участия при их исполнении и видоизменяясь, используются вплоть до 11 класса. Начинается освоение более сложных форм музыкальных и поэтических произведений.

Цели и задачи обучения в 7 классе:

- Знакомство учащихся с драматическими жестами, которые могут дополнять элементы драматических форм;
- Развитие абстрактного мышления;
- Знакомство учащихся с жестами, соответствующими различным душевным настроениям (радости, печали);
- Знакомство учащихся с понятием музыкального тембра;

Место учебного предмета в учебном плане

В учебном плане ОЧУ «Вальдорфская школа «Семейный лад» в основной школе на изучение физической культуры отводится всего 510 часов, из них в 5- 9 классах – по 102 часа.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

В силу особенностей учебного предмета выделяем:

- Ценность патриотизма и Российской гражданственности любовь к России и российскому народу; гордость за Россию, достижения её граждан, в том числе за спортивные успехи российских атлетов.
- Ценность нравственных чувств нравственный выбор; справедливость; честность, честь; достоинство, ответственность и чувство долга, уважение к учителям и товарищам; милосердие, забота и помощь, забота о старших и младших; толерантность.

- Ценность трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни уважение к труду; творчество и созидание; стремление к познанию и истине; целеустремлённость и настойчивость; трудолюбие.
- Ценность природы, окружающей среды – родная земля; заповедная природа, природные факторы как средства физического воспитания;
- Ценность прекрасного красота; гармония; духовный мир человека и его телесность; эстетическое развитие, самовыражение в творчестве и спорте;
- Ценность здоровья – здоровье, сохранение здоровья, здоровый образ жизни, безопасное поведение.

Система ценностей важна, они дополняют друг друга и обеспечивают развитие личности на основе отечественных духовных, нравственных и культурных традиций.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание нравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, уверенно использующих ценности физической культуры для укрепления и сбережения собственного здоровья и оптимизации трудовой деятельности.

Результаты освоения учебного предмета

В результате изучения курса «Физическая культура» по данной программе у выпускников основной школы будут сформированы предметные знания, умения, навыки и представления, предусмотренные программой курса, а также личностные и метапредметные результаты (регулятивные, познавательные, коммуникативные универсальные учебные действия).

Предметные результаты:

На конец 9 класса

обучающийся научится:

- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.
- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций; 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.
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.