

Аннотация к рабочей программе «Физическая культура» для обучающихся 8 класса

Название учебного плана	Физическая культура
Класс	8
Составитель	Тимакова Альфия Валентиновна
Основа для составления рабочей программы	«Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 класса. Сборник №1 под редакцией В.В.Воронковой. Допущенной министерством образования и науки Р.Ф., Москва, Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013г.
Используемые учебники	
Цель изучения предмета	Содействовать всестороннему развитию личности по средствам формирования физической культуры личности школьника.
Основные задачи	<p>1. Образовательная:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осваивать раздел «Основы знаний о физической культуре», содействовать гармоническому физическому развитию; - обучать основам базовых видов двигательной деятельности, выполнение основных движений и комплексов физических упражнений, учитывающих психические возрастно-половые особенности школьника. <p>2. Оздоровительная:</p> <ul style="list-style-type: none"> - укрепление здоровья, физического развития, повышение работоспособности учащихся; - формирование навыков правильной осанки в статических положениях и в движениях. <p>3. Воспитательная:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать добросовестное отношение к труду, доброжелательное отношение друг к другу и приобретение знаний в области личной гигиены.
Структура курса	<p style="text-align: center;">Гимнастика (13 часов)</p> <p>Лазанье и перелазанье: лазанье на скорость по гимнастической стенке. Подтягивание в висе на гимнастической стенке. Лазанье по канату.</p> <p>Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с доставанием пола, мячей, обручей.</p> <p>Опорный прыжок: прыжок «ноги врозь» через козла в длину и ширину, с прямым приземлением, с поворотом направо, налево при приземлении; прыжок «согнув ноги».</p> <p>Строевые упражнения: выполнение всех видов перестроений.</p> <p>Повороты на месте и в движении.</p> <p>Акробатические упражнения: кувырок из положения сидя, стойка на голове с согнутыми ногами. Поворот направо и налево из положения «мост»</p>

	<p style="text-align: center;">Легкая атлетика (17 часов)</p> <p>Ходьба: группами; ходьба по пересеченной местности, ходьба в различном темпе. Бег: 60 метров; 100 метров; бег на 100 метров с преодолением препятствий. Эстафета 4 по 100 метров. Кросс 500 – 1000 метров. Старты: высокий, низкий. Прыжки: выпрыгивание и спрыгивание с препятствиями (1 метр). Прыжок в длину способом «согнув ноги», в высоту способом «перешагивание». Метание: малого мяча на дальность, метание в цель. Толкание набивного мяча 2 – 3 кг.</p> <p style="text-align: center;">Волейбол (12 часов)</p> <p>Техника приема и передачи мяча, блок, верхняя передача в прыжке, подачи (верхняя и нижняя).</p> <p style="text-align: center;">Баскетбол (15 часов)</p> <p>Передвижение в защите, эстафеты с введением мяча, броски мяча с сопротивлением, без сопротивления, броски мяча с определенных точек. Ловля мяча переданного сзади, при беге по прямой, ведение мяча.</p> <p style="text-align: center;">Коньки (11 часов)</p> <p>Повороты (на месте, в движении). Бег по прямой, выход в поворот, бег до 100 метров по прямой.</p>
Количество часов	Рабочая программа рассчитана на 34 учебные недели, 2 часа в неделю, всего 68 часов.