

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

(Региональный (НР) компонент и компонент образовательного учреждения)

Основное общее образование

Федеральный компонент государственного образовательного стандарта

Пояснительная записка

Рабочая программа является приложением к Основной образовательной программе - интегрированной с дополнительными предпрофессиональными образовательными программами в области физической культуры и спорта основного общего образования ГАПОУ СО «Училище олимпийского резерва № 1 (колледж)».

Рабочая программа по теории и методике физической культуры и спорта (8-9 класс) составлена для обучающихся ГАПОУ СО «Училище олимпийского резерва № 1 (колледж)» в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ с изменениями от 03.07.2016 г.
2. Федеральный Базисный учебный план, утвержденный приказом Министерства образования РФ от 9 марта 2004 года №1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» с изменениями от 01.02.2012 г.
3. Федеральный компонент государственного стандарта общего образования, утвержденный приказом Министерства образования РФ от 05.03.2004 №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных

образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» с изменениями от 23.06.2015 г.

4. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 г. № 730 «Об утверждении Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».

5. Письмо министерства образования РФ от 07.07.2005 г. №03-1263 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана».

Рабочая программа учебного предмета «Теория и методика физической культуры и спорта» реализуется в части учебного плана компонента образовательного учреждения.

Рабочая программа учебного предмета «Теории и методика физической культуры и спорта» рассчитана на 105 часов для изучения в 8-9 классе - 35 часов в 8 классе (1 час в неделю) и 70 часов в 9 классе (2 часа в неделю).

Основными задачами реализации Программы являются:

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Программы должны быть направлены на:

- отбор одаренных детей;

- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;

- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;
- подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта.

Тематическое планирование

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов	
		Рабочая программа по классам	
		8 класс	9 класс
1.	История развития избранного вида спорта	2	5
1.1.	История развития избранного вида спорта в России и за рубежом.	1	2
1.2.	Избранный вид спорта на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы. Выдающиеся отечественные спортсмены, их победы и достижения	1	2
1.3.	Задачи и пути дальнейшего развития избранного вида спорта.		1
2.	Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе	3	7
2.2.	Массовый характер российского спорта. Единая спортивная классификация и её значение.	1	1
2.3.	Органы государственного управления физической культурой и спортом в России. Олимпийский комитет России (ОКР) и федерации (союзы, ассоциации) по виду (видам) спорта.		2
2.4.	Международные связи российских спортсменов. Международный Олимпийский комитет (МОК). Олимпийские игры.	1	2
2.5.	Российские спортсмены на Олимпийских	1	2

	играх.		
3.	Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта	7	11
3.1.	Правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта.	1	2
3.2.	Федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта.	1	2
3.3.	Общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями.	3	5
3.4.	Предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и об ответственности за такое противоправное влияние.	2	2
4.	Основы спортивной подготовки и тренировочного процесса	5	12
4.1.	Средства и методы спортивной тренировки в избранном виде спорта.	1	3
4.2.	Основы подготовки в избранном виде спорта: общая и специальная физическая подготовка; техническая подготовка; тактическая подготовка; психическая подготовка.	3	6
4.3.	Тренировочные и соревновательные нагрузки.	1	3
5.	Необходимые сведения о строении и функциях организма человека	4	8
5.1.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1	1
5.2.	Опорно-двигательный аппарат: костная и мышечная система, строение и функции.	1	2
5.3.	Основные сведения о кровообращении, составе и значении крови. Сердце и сосуды.	1	2

5.4.	Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмена веществ. Органы выделения.	1	2
5.5.	Центральная нервная система и ее роль в жизнедеятельности организма.		1
6.	Гигиенические знания, умения и навыки, режим дня	3	5
6.1.	Меры личной и общественной профилактики заболеваний.	1	2
6.2.	Режим дня спортсмена, содержание и правила планирования.	1	1
6.3.	Значение и содержание самоконтроля при занятиях избранным видом спорта. Дневник спортсмена.	1	2
7.	Закаливание организма, здоровый образ жизни	2	4
7.1.	Здоровый образ жизни, роль и значение занятий избранным видом спорта в его формировании	1	2
7.2.	Вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Роль и значение занятий избранным видом спорта в профилактике вредных привычек.	1	2
8	Основы спортивного питания	3	7
8.1.	Питание. Энергетическая и пластическая сущность питания. Особое значение питания для растущего организма.	1	1
8.2.	Понятие об основном обмене. Величина энергозатраты организма в зависимости от возраста. Суточные энергозатраты. Энергозатраты в зависимости от содержания тренировочного занятия.	1	2
8.3.	Значение жиров, белков, углеводов, минеральных солей, витаминов, микроэлементов, воды в жизни человека. Калорийность пищевых веществ.	1	2
8.4.	Суточные нормы питания при занятиях избранным видом спорта.		2
9.	Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке	3	5
9.1.	Требования к местам занятий избранным	1	2

	видам спорта.		
9.2.	Оборудование и инвентарь для занятий избранным видом спорта.	1	1
9.3.	Правила технического осмотра, ремонта и хранения спортивного инвентаря.		1
9.4.	Требования к спортивной экипировке для занятий избранным видом спорта.	1	1
10.	Требования техники безопасности при занятиях избранным спортом	3	6
10.1.	Требования к технике безопасности при проведении занятий по избранному виду спорта.	1	1
10.2.	Требования безопасности и гигиенические правила при подготовке мест занятий избранным видом спорта.	1	1
10.3.	Требования к выбору инвентаря, оборудования и экипировки для занятий избранным видом спорта.		2
10.4.	Первая помощь при травмах.	1	2
	Общее количество часов	35 (1)	70 (2)