|  |  |
| --- | --- |
| Принято на заседании методического совета МБОУ «ПСОШ № 13 Протокол № \_\_\_\_\_\_\_От «\_\_\_№ \_\_\_\_\_\_\_\_\_2016 г. | Утверждаю:Директор МАБУ «ПСОШ № 3» О.И. Меденникова«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2016 г |

 **Программа**

 **муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**

 **«Полазненская средняя общеобразовательная школа № 3»**

 **по формированию начальной грамотности в области физической культуры и спорта**

**1. Название программы**: **«Грамотный ученик»**

**2. ФИО, должность автора полностью**

 - Иванчин Сергей Витальевич, руководитель школьного спортивного клуба «Чемпион», учитель физической культуры МБОУ «Полазненской СОШ № 3», Пермский край, Добрянский район;

**3. Обоснование актуальности, цели и задачи:**

 Для формирования грамотности в области физической культуры школьнику необходим определенный объем знаний о морфофункциональных особенностях различных органов и систем организма, о влиянии физических упражнений на их развитие, а также на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости). Формирование знаний о физической культуре – непременное условие сознательного овладения учащимися двигательными умениями и навыками. Практика свидетельствует, что чем больше у детей знаний о физической культуре, чем больше развивается у них мыслительный компонент двигательной деятельности – тем выше результаты в освоении умений и навыков, воспитании двигательных способностей, привитии интереса к занятиям физической культурой и спортом, формировании потребности в них. Отсутствие понимания такого единства является в настоящее время одной из причин низкой физкультурной активности школьников и отсутствия должного ее проявления в их образе жизни. В связи с этим возникает необходимость формирования у подрастающего поколения соответствующих знаний.

  Знания учащихся должны иметь определенную целевую направленность – помочь им выработать умение использовать полученные знания на уроках физической культуры и в условиях самостоятельных занятий физическими упражнениями. Знания о путях формирования здоровья и ведении здорового образа жизни должны органически соединяться с эффективной пропагандой ценностей здоровья и практикой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы со школьниками. Теоретическая подготовка учащихся в области физической культуры должна быть необходимой базой для формирования научного мировоззрения и физической культуры личности школьников на культурно-исторических традициях отечественной системы физической культуры в единстве с всеобщей человеческой культурой.

 В связи с этим мною была разработана программа «Грамотный ученик» для 5-9 классов (для старших классов программа разрабатывается). Разработанная программа по формированию теоретических знаний устанавливает содержание теоретического раздела учебного предмета «Физическая культура» и объем учебного времени на его изучение по ступеням общего образования. Программный материал позволяет систематизировать и углубить знания учащихся о физической культуре, наиболее полно удовлетворить их познавательные и общекультурные потребности.

 Программа разработана на основе комплексной программы физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича/авт.-сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова, «Физическая культура». 1-11 классы», - изд.2-е. – Волгоград. Данная программа соответствует требованиям ФГОС и рекомендована для исполнения в образовательных организациях.

 Освоение теоретического раздела программы по физической культуре, начиная с 5-го класса, предусматривает 5 часов в год на теоретические уроки в классе. (При необходимости педагог может добавить дополнительные уроки, отразив это в своем тематическом планировании для данного класса).

 На уроках используются электронные пособия и учебники по предмету «Физическая культура», рекомендованные Министерством образования РФ. Программа рассчитана на большой срок реализации, поэтому в зависимости от изменений в теоретических основах физической культуры и спорта возможна коррекция по темам уроков.

 Но формирование знаний о физической культуре не ограничивается только теоретическими уроками. На практических занятиях в ходе обучения, например, гимнастическим, легкоатлетическим и другим упражнениям идет постоянный диалог с учащимся о возникновении, сущности, особенностях влияния на организм физических упражнений и т.д.

**Цель программы**:- формирование грамотности в области физической культуры и спорта, подготовка к жизни и профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья школьника.

**Задачи программы**:

 1. Создать условия для овладения знаниями учащихся обязательного минимума по теоретическому содержанию предмета «Физическая культура»;

 2. Сформировать знания о социокультурных, медико-биологических и исторических основ физической культуры;

 3. Познакомить с разнообразием мира физической культуры и спорта;

 4. Познакомить с историей и ролью олимпийского движения в сохранении мира и дружбы между народами;

 5. Сформировать знания о способах организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленности, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, контролю за физической нагрузкой, составлению плана занятий по развитию двигательных качеств и комплексов упражнений для формирования телосложениями телодвижения;

 6. Познакомить с условиями ЗОЖ и правилами сохранения здоровья человеком на протяжении всей жизни.

**Категория учащихся, для которых предназначена данная программа:**

 учащиеся 5-9 класс.

 **Количество часов:** программа рассчитана на 5 уроков аудиторной работы в учебном году.

**4. Сроки реализации:** 2016-2020 г.г.

**5. Содержание программы:**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** |
|
| **5 класс** |
| **1** | Физическая культура и спорт в жизни человека; |
| **2** | ЗОЖ (условия сохранения, правильное питание); |
| **3** | Античные олимпийские игры (история); |
| **4** | ГТО, история; |
| **5** | Контрольный урок: мини-сочинение «Физкультура в моей жизни» |
| **6 класс** |
| **1** | Современные Олимпийские игры (история); |
| **2** | Паралимпийские игры (история); |
| **3** | ЗОЖ. Двигательная активность – главный фактор сохранения здоровья; |
| **4** | Теоретический урок «Двигательный режим школьника»; |
| **5** | Контрольный урок: исследовательский проект «Мой двигательный режим». |
| **6** | Защита работ по исследовательскому проекту «Мой двигательный режим» |
| **7 класс** |
| **1** | Физическое развитие человека; |
| **2** | Физические качества; |
| **3** | Физическая нагрузка; |
| **4** | Виды спорта в школьной программе. |
| **5** | Контрольный урок: проект «Урок физкультуры в конце 21 века» |
| **6** | Защита работ по проекту «Урок физкультуры в конце 21 века» |
| **8 класс** |
| **1** | Олимпийское образование. Личность в истории - Прьер де Кубертен. |
| **2** | Самостоятельные занятия физическими упражнениями;  |
| **3** | Контроль за физической нагрузкой на самостоятельных занятиях физическими упражнениями (урок-исследование); |
| **4** | Основные правила при составлении комплексов физических упражнений по формированию телосложения и телодвижения;  |
| **5** | Контрольный урок: информационный проект «Комплексы физических упражнений по развитию телосложения и телодвижения» |
| **6** | Защита работ по проекту «Комплексы физических упражнений по развитию телосложения и телодвижения» |
| **9 класс** |
| **1** | История ГТО; |
| **2** | Олимпийское образование, хартия; |
| **3** | История физической культуры; |
| **4** | Современные системы физических упражнений;  |
| **5** | Контрольный урок: итоговый теоретический тест. |

**6. Ресурсное обеспечение программы**

**Для учителя:**

Компьютер, проектор, экран, электронные пособия.

**Для учащихся:**

1.Учебники:

 - «Физическая культура», учебник для учащихся 5-7 кл. общеобразовательных учреждений / [М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.; под. ред. М.Яю Виленского. – 3-е изд. испр. - М.: Просвещение, 2007;

 - «Физическая культура»: учеб. Для учащихся 8-9 кл. общеобразоват. Учреждений / В.И. Лях, А.А. Зданевич; под общ. ред. В.И. Ляха. – 2-е изд. – М..: Просвещение, 2006.

2. Электронные ресурсы Интернета;

3. Мультимедийные презентации;

4. Мультимедийное оборудование.

**7. Ожидаемые результаты:**

**Выпускники 9 класса будут знать:**

 - условия сохранения здоровья и ЗОЖ;

 - виды проектной деятельности на уроках физической культуры;

 - правила при самостоятельных занятиях физическими упражнениями;

 - формы контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях физическими упражнениями и на уроках физкультуры;

 - основные физические качества человека и как их развивать;

 - историю олимпийского движения;

 - историю развития физической культуры и спорта;

 - технику безопасности, на уроках физкультуры учитывая изучаемый вид спорта;

 - иметь представление об оказании первой помощи при травмах.

**Уметь:**

 - выполнять требования двигательной подготовленности, предъявляемые к данному возрасту;

 - составлять самостоятельно комплексы ОРУ;

 - вести дневник самонаблюдения на самостоятельных занятиях физическими упражнениями;

 - самостоятельно контролировать физическую нагрузку;

 - проводить исследования на уроках физкультуры;

 - выполнять технику безопасности на уроках спортивной направленности;

 - творчески применить средства физической культуры для организации и ведения здорового образа жизни;

 - оказать первую медицинскую помощь при простейших травмах;

 - творчески применять средства физической культуры для организации и ведения здорового образа жизни.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ожидаемый****результат** | **Формирование УУД** | **Критерии и показатели результативности программы** |
| - 100 % обучающихся имеют позитивное и осознанное отношение к занятиям физическими упражнениями на уроках физкультуры; - 100% школьников приобретут знания и умения построения самостоятельных занятий физическими упражнениями и контролю за физической нагрузкой, что пригодиться в будущем;- 100% учащихся получат знания в области физической культуры и спорта.  | **Познавательные:**- умение сформировать проблему;- умение формулировать цель и искать пути для её реализации; - умение выбора эффективных способов решения учебной задачи;- умения самостоятельно контролировать физическую нагрузку.**Коммуникативные:** - умение строить продуктивные взаимоотношения между сверстниками и педагогами;- умение работать в группах;- умение вести диалог;- умение договариваться;- умение слушать друг друга;- умение анализировать действие партнера по группе при создании алгоритма достижения его цели;- умение работать в группе. **Регулятивные:**- умение самостоятельно планировать занятия физическими упражнениями по формированию телосложения и телодвижения, развитию физических качеств;- умение корректировать план своего физического развития в зависимости от поставленной цели и своего физического развития.**Личностные:**- понимание необходимости заниматься физическими упражнениями для своего саморазвития.  | - Позитивное и осознанное отношение учащегося к своему физическому развитию и здоровью (анкетирование учащихся);- 80% учащихся положительно справляются с итоговым теоретическим тестом;- участники школьного этапа Всероссийской Олимпиады школьников успешно справляются с предложенным тестом. |

**8. Материально-техническая база**

Мультимедийное оборудование

**9. Материалы необходимые для реализации программы:**

 **Методические:**

 - Образовательная программа;

 - Поурочные разработки занятий.

 **Дидактические**

 - Презентации для проведения занятий;

 - Учебники;

 - Теоретический тест.