

**Аннотация к рабочей программе основной школы
дисциплины «Физическая культура (плавание)» (1 класс)**

Место в учебном плане/ недельная нагрузка	Дисциплина «Физическая культура раздел -плавание» включена в базовую часть программы начального общего образования, 1 час в неделю.
Базовый/ углублённый курс	Базовый курс
Документы в основе составления рабочей программы	1. Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2010);
Учебники (желательно со ссылкой на ресурс)	1. Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2010 г. 2. «Азбука спорта» Н.Ж.Булгакова . Плавание. Москва «Физкультура и Спорт» 1999год.
Другие пособия (если используются)	1. Примерные программы по плаванию от 2 до 18 лет. Москва .Центр «Школьная книга» 2009г. Ю.П.Пузырь. 2. Анатомия плавания. Й.Маклауд, пер. с англ. С.Э Борич.- Минск «Попурри» 2011год. 3. Плавание .100 лучших упражнений. Блайт Люсеро, пер. англ. Т.Платонова. «Эксмо»-2011год.
Электронные ресурсы (если используются)	http://pedsovet.ru/load/98 http://www.k-yrok.ru/load/153
Структура дисциплины (порядок изучения основных тем)	1 класс. Темы: 1. Техника безопасности на воде, правила поведения в бассейне и прилегающих помещениях) 2. Первые плавательные навыки в детском бассейне. 3. Первые плавательные навыки на глубокой воде. 4. Разучивание и закрепление техники плавания кроль на спине. 5. Техника стартового прыжка (спад в воду с бортика бассейна)
Формы контроля	1. предварительный контроль – в начале учебного года (учебного модуля); 2. оперативный контроль (в основной части, по плану урока; 3. текущий контроль (после занятий); 4. этапный контроль; 5. итоговый контроль- в конце учебного года.
Основные требования к результатам освоения дисциплины	Личностные результаты освоения предмета. Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Плавание». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям плавательной

деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать приобретённые знания и умения для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Мета предметные результаты.

характеризуют уровень форсированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности.

Предметные результаты.

- освоение первых плавательных навыков (звёздочка, стрелочка, поплавок);
- освоение вдоха и выдоха в воду;
- приобретение навыка задержки дыхания на вдохе;
- умение опираться о воду и отталкиваться от неё основными гребущими поверхностями;
- открывание глаз и ориентирование в воде;
- скольжение на груди/спине (без работы ног, с работой ног);
- техника работы ног и согласование с вдохом и выдохом в воду (кроль на груди, кроль на спине), с подвижной и неподвижно опорой;
- техника работы рук и согласование с вдохом и выдохом в воду (кроль на груди, кроль на спине), с подвижной/неподвижно опорой;
- соскок в воду с бортика бассейна солдатиком, спад в воду сидя на бортике бассейна с дальнейшим продвижением под водой;
- проплывание дистанции 25 м без учёта времени любым удобным способом, участие в соревнованиях: «Умею плавать 25 м.»