

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ПРЕДМЕТУ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 1 – 4 КЛАССЫ

Полное наименование программы

Рабочая программа предмета « Физическая культура» для 1 - 4 классов.

Дата утверждения:

Рассмотрена методическим советом Школы (Протокол № 7 от 28. 05 2018г.)

Утверждена директором Школы Ильинским О.И. (Приказ № 47 от 29.05.2018г.)

Нормативная основа программы

-Приказ Министерства образования и науки РФ №373 от 6.10.2009. Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» Приложение Федеральный государственный стандарт начального общего образования.

- Закон РФ « Об образовании» 29.12.2012 №273-ФЗ

- Приказ Минобрнауки России от 31.03.2014года №253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального, общего, основного общего, среднего общего образования на 2014-2015 учебный год».

- Устав Школы «Ирида».

- Основная образовательная программа НОО АНО ОО Школы «Ирида».

- Учебный план АНО ОО Школы « Ирида».

За основу взята программа «Комплексная программа физического воспитания 1 - 11 класс» под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевич Москва, «Просвещение» 2012 г.

Место учебного предмета в учебном плане основной образовательной программы и количество часов для реализации программы

Федеральный государственный образовательный стандарт предусматривает изучение курса «Физическая культура» в начальной школе как составной части предметной области «Физическая культура».

На изучение отводится:

в 1 классе – 99 ч. (33 недели)

с 2 по 4 классы – по 102 ч. (34 недели)

Используемые учебники и пособия:

1 Лях В.И., Рабочая программа физического воспитания учащихся 1–4 классов. – Просвещение,

2 Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение»

Цели и задачи изучаемого предмета

Физическая культура – составная часть культуры, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития, совершенствования двигательной активности и укрепления здоровья граждан. Физическая культура является наиболее актуальной и универсальной составляющей понятия «здоровый образ жизни». Уровень программы - базовый стандарт. С учётом этих особенностей **целью программы** по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности.

Основными задачами обучения в начальной школе будут:

Предметные задачи:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей
 - развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей.

Требования к результатам освоения программы:

1 класс

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 1 класса должны:

· иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

- о способах изменения направления и скорости движения;

- о режиме дня и личной гигиене; - о правилах составления комплексов утренней зарядки; ·

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

- играть в подвижные игры;

- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

- выполнять строевые упражнения;

· демонстрировать уровень физической подготовленности.

2 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

· иметь представление:

- о зарождении древних Олимпийских игр;

- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;

- о правилах проведения закаливающих процедур;

- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

· уметь:

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);

- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;

- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);

- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;

- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;

- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;

· демонстрировать уровень физической подготовленности.

3 класс

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 3 класса должны:

· иметь представление:

- о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и

соревновательных;

- об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;

· уметь:

- составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;

- выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;

- проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);

- составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;

- вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;

- продемонстрировать уровень физической подготовленности.

4 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся IV класса должны:

· знать и иметь представление:

- о роли и значении занятий физическими упражнениями в подготовке солдат в русской армии;

- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;

- о физической нагрузке и способах ее регулирования;

- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;

· уметь:

- вести дневник самонаблюдения;

- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;

- подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;

- выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам;

- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;

- продемонстрировать уровень физической подготовленности.

Материально-техническое обеспечение:

оборудование и инвентарь

- гимнастика с основами акробатики: козел гимнастический, перекладина пристеночная, маты, стенка гимнастическая, скамейки гимнастические, гимнастические палки, скакалки, обручи, коврики гимнастические;
- легкая атлетика: секундомер, флажки разметочные, мячи для метания, набивные мячи массой до 3 кг, скакалки, гантели;
- подвижные и спортивные игры: свисток, кегли, мячи футбольные, мячи волейбольные, мячи баскетбольные. Аптечка