

Аннотация к рабочей программе

по физической культуре для 4 класса.

1. Место учебного предмета в учебном плане

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 3 часа в неделю всего 102 в 4 классах. При 2-х часах в неделю, 34 недели всего 68 часов в 4 классах.

Уровень обучения базовый.

2. Рабочая программа по физической культуре для 4 классов разработана в соответствии с Федеральным государственным стандартом начального общего образования,

утверждённым приказом МОиНРФ от 06.10.2009г. № 373, изменениями, внесёнными в ФГОС НОО, утверждёнными приказом МОиНРФ от 26.11.2010г. № 1241, Примерной основной образовательной программой НОО, рекомендованной письмом МО и НРФ от 16.08.2010г. № 03-48, Основной образовательной программой НОО ГБОУ Школа № 1251 имени генерала Шарля де Голля, тематическим планированием авторов системы учебников «Школа 2100», «Школа России», - на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2013г.), Матвеев А.П. Физическая культура. 1-4 классы. Рабочие программы. Предметная линия учебников А.П.Матвеева: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / А.П. Матвеев.- М.: Просвещение, 2011.

3. Количество часов для реализации программы в 4-х классах-68 часов.

4. Рабочая программа рассмотрена и утверждена 19.05.2015г. на заседании кафедры учителей прикладных дисциплин.

5. Целью учебной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

Предметные:

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное) о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- 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;

Личностные:

- Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- познавательных интересов.

.Развитие:

- мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- творческих возможностей учащихся.

Метапредметные:

Овладение

- базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета

Умение

- определять общую цель и пути её достижения;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности,
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Коррекционные:

- Коррекция нарушений физического развития, психомоторики, эмоционально-волевой сферы.
- Развивать мелкую, общую, моторику; ориентировку в пространстве.
- Развивать координацию, двигательные умения и навыки.
- Развивать чувство темпа и ритма.
- Формировать правильную осанку.

6. Для обеспечения реализации программы используются учебники и пособия:

1. Авторская программа «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2013г.)2. О.С.Макарова «Игра, Спорт Диалог в физической культуре» (Москва, Школьная Пресса, 2002)
3. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
4. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
5. Коркин В.П. Акробатика для спортсменов. М.: Физкультура и спорт 1974.
6. Петрова Т. В.,Ю.А.Копылов, Н.В.Полянская,С.С. ПетровУЧЕБНИК ФГОС УМК 21век,М.Вентана Граф;2013
7. Брыкин А. Т. Гимнастическая терминология. – М.: Физкультура и спорт, 1969
8. Былеева Л.В. и др. Подвижные игры. Практический материал. - М.: ТВТ «Дивизион»,
9. Физкультура И.И. Должиков, Москва 2004 год;
10. Развитие физических способностей детей И.М. Бутин, А.Д. Викулов, Москва

2002 год;

11. В помощь школьному учителю В.И. Ковалько, Москва 2005 год;
12. Методика преподавания физической культуры, Л.Д. Глазырина, Т.А. Лопатик, Москва 2004 год.
13. Вестник образования. Тематическое приложение. - № 2. - 2005.
14. Погадаев Г.И., Артеменко О.И., Цехмистренко Т.А. Использование народных игр на уроках физической культуры при трехчасовой учебной нагрузке. - М., 2003.
15. Таран А.А. Шире использовать русские народные игры. Физическая культура в школе. - № 5, № 6. - 2001; № 3, № 4. - 2002.

16. Лях В. И. Учебник Физическая культура 1-4 класс. (М.: Просвещение, 2010г.)

* Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. – М., 2009.

* Приказ Министерства образования и науки РФ № 373 от 6 октября 2009 года «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».

* Приказ Министерства образования и науки РФ № 01-04/26 от 30 апреля 2010 года «О направлении проекта федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

* Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования (основное общее образование). Проект. – М., 2010г

7. Для реализации программы рекомендуется использование педагогических технологий: рефлексивного обучения, ИКТ, коллективного взаимодействия

8. Требования к уровню подготовки учащихся Знать и иметь представление:

- Об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских играх;
- О способах и особенностях движений и передвижений человека, роль и значении психических биологических процессов в осуществлении двигательных актов;
- О работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- Об обучении движениям, роль зрительного и слухового анализатора при их освоении и выполнении;
- О терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействий на организм;
- О физических качествах и общих правилах их тестирования;
- Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактики осанки и поддержание достойного внешнего вида;
- О причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения., знать правила Т.Б.

Уметь:

- Составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- Вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать рыжим нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений
- Организовывать и проводить самостоятельные формы занятий, закаливающие процедуры по индивидуальным планам;
- Взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.

Демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку (с)
Силовые	Прыжок в длину с места (см)
	Сгибание рук в висе лёжа (кол-во раз)
К выносливости	Бег 1000 м
К координации	Челночный бег 3х10 м (с)

Двигательные умения, навыки и способности:

В циклических и ациклических локомоциях: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, прыжках; с максимальной скоростью бега до 60 м по дорожке стадиона, другой ровной открытой местности; бег в равномерном темпе до 6 мин; быстро стартовать из различных исходных положений; отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после быстрого разбега с 7-6 шагов; лазать по гимнастической лестнице, гимнастической стенке; преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий

В метаниях на дальность и на меткость: метать т. Мячи на дальность из разных исходных положений (стоя, с колена, сидя) правой и левой рукой (с места и с 1-3 шагов разбега)

В гимнастических и акробатических упражнениях: ходить, бегать и прыгать при изменении длины, частоты и ритмы движения; выполнять строевые упражнения, рекомендованные комплексной программой для учащихся 1-4 классов; принимать основные положения и осуществлять движения рук, ног, туловища без предметов и с предметами (большим и малым мячами, палкой, обручем, набивным мячом, массой 0.5-1кг с соблюдением правильной осанки); выполнять кувырок вперёд; уверенно ходить по напольному бревну с выполнением стоя и в приседе поворотов на 90° приседаний и переходов в упор присев; прыгать через скакалку, стоя на месте, вращая её вперёд и назад; в положении наклона туловища вперёд (ноги в коленях не сгибать) касаться пальцами рук поля.

В подвижных играх: уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; элементарно владеть мячом: держание, передача на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребёнка, типа "Пионербол", "Борьба за мяч", "Перестрелка", мини-баскетбол.

Физическая подготовленность: показывать результаты не ниже чем средний уровень основных физических способностей.

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения утренней гимнастики, закаливающие процедуры; применять рекомендованные для начальной школы подвижные игры и другие физические упражнения с целью укрепления здоровья и повышения физической работоспособности.

Способы спортивной деятельности: осуществлять соревновательную деятельность по одному из видов спорта (по упрощенным правилам).

Правила поведения на занятиях физическими упражнениями:

соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы; помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей, имеющих слабые результаты; быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр и выполнения других заданий.

Уровень физической культуры, связанный с региональными и национальными особенностями, определяют региональные и местные органы управления

физическим воспитанием. Уровень физической культуры других составляющих вариативной части (материал по выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углубленному изучению одного или нескольких видов спорта) разрабатывает и определяет учитель.

Физические способности	Контрольные упражнения (тест)	Возраст лет	Уровень			
			Мальчики			Низкий
			Низкий	Средний	Высокий	
Скоростные	Бег 30 м, с	7	7,5 и более	7,3-6,2	5,6 и менее	7,6 и более
		8		7,0-6,0	5,4	7,3
		9		6,7-5,7	5,1	7,0
		10		6,5-5,6	5,0	6,6
Координационные	Челночный бег 3*10м, с	7	11,2 и более	10,8-10,3	9,9 и менее	11,7и более
		8		10,0-9,5	9,1	11,2
		9		9,9-9,3	8,8	10,8
		10		9,5-9,0	8,6	10,4
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	7	100 и менее	115-135	155 и более	90 и менее
		8		125-145	165	100
		9		130-150	175	110
		10		140-160	185	120
Выносливость	6-минутный бег, м	7	700 и менее	730-900	1100и более	500 и менее
		8		800-950	1150	550
		9		850-1000	1200	600
		10		900-1050	1250	650
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	7	1 и менее	3-5	9 и более	2 и менее
		8		3-5	7,5	2
		9		3-5	7,5	2
		10		4-6	8,5	3

9. Методы и формы оценки результатов освоения программы:

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях,

ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Никакому оцениванию не подлежит темп работы ученика, личностные качества школьника, своеобразие психических процессов