

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 1-4 КЛАССЫ ФГОС.

Рабочая программа по учебному предмету по физической культуре для 1-4 классов разработана на основе Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ, Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 года № 373, с изм. приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1241 и № 2357) ;

«Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 №189, с учётом содержательных аспектов авторской программы В.И. Ляха, «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И.Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2011), учебника Физическая культура 1 – 4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений (М. : Просвещение, 2019 – 175 л.) и учебным планом МБОУ «Мещеряковская ООШ Буинского муниципального района». Цели изучения предмета физическая культура в начальной школе направлена на достижение следующих целей: - укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию и всесторонней физической подготовленности учащихся; - развитие жизненно важных двигательных умений и навыков, формирование опыта двигательной деятельности ; - овладение общеразвивающими и корригирующими физическими упражнениями, умением их использовать в режиме учебного дня, активного отдыха и досуга; - воспитание познавательной активности, интереса и инициативы на занятиях физическими упражнениями, культуры общения в учебной и игровой деятельности. Выполнение данной цели связано с решением следующих образовательных задач: - формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека; укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому развитию; - развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости; - обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу; - содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности; - приобретение в области физической культуры знаний и умений, направленных на укрепление здоровья ; - развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультурминутками и подвижными играми; - обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным

показателям физического развития и физической подготовленности.

Место предмета в учебном плане : «Физическая культура»

изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3 ч в неделю: в 1 классе 99 ч, во 2 классе 102 ч, в 3 классе 102 ч, в 4 классе 102 ч. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания». Рабочая программа рассчитана на 405 ч на четыре года обучения (по 3 ч в неделю). Планируемые результаты изучения учебного предмета. В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности. Знания о физической культуре . Выпускник научится: - ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств; - раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств; - ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие; - характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе). Выпускник получит возможность научиться: - выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью; - характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности. Способы физкультурной деятельности. Выпускник научится: - отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами; - организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками; - измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической

подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей. Выпускник получит возможность научиться: - вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности; - целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств - выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах. Физическое совершенствование Выпускник научится: - выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы); - выполнять организующие строевые команды и приёмы; - выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); - выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно); - выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма); - выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности. Выпускник получит возможность научиться: - сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; - выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации; - в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам; - выполнять тестовые нормативы по физической подготовке; - выполнять подводящие упражнения на суше по плаванию; - выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России)