

## **Аннотация к рабочей программе по физической культуре (ФГОС, 1-4 классы)**

Рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования 2009 года, требованиями Примерной основной образовательной программы начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15); авторской программы по физической культуре к учебному комплексу для 1-4 классов под ред. Матвеева, А. П.: «Просвещение», Москва, 2017

### **Программа по физической культуре включает в себя следующие разделы:**

«Пояснительная записка» где охарактеризован вклад предмета в достижение целей начального общего образования; сформулированы цели и основные результаты изучения предмета «Физическая культура» на разных уровнях – личностном, метапредметном и предметном, даётся общая характеристика курса «Физическая культура», его место в базисном учебном плане.

«Основное содержание», где представлено изучаемое содержание.

«Примерное тематическое планирование», в котором дан примерный перечень тем курса и число учебных часов, отводимых на изучение каждой темы, представлена характеристика основного содержания тем и основных видов деятельности ученика.

### **Описание места курса «Физическая культура» в учебном плане гимназии.**

Учебный план гимназии предусматривает обязательное изучение физической культуры на уровне начального общего образования в объёме 405 ч. Из них: в первом классе – 99 ч (3 ч в неделю, 33 учебные недели), во 2-4 классах по 102 часов в год (по 3 ч в неделю 34 учебные недели).

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3ч в неделю (всего 405ч): в 1 классе — 99ч, во 2 классе — 102ч, в 3 классе — 102ч, в 4 классе— 102ч. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010г. №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 часа в неделю).

### **Общая характеристика учебного предмета**

#### **Цель и задачи курса**

Содержание обучения курса «Физическая культура» в начальной школе направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

**Целью** физической культуры является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

□ *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 развитии физической культуры у народов Древней Руси; разновидностях физических упражнений: общеразвивающих (ОРУ), подводящих и соревновательных; об измерении частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений; о правилах и особенностях игры в футбол, баскетбол и волейбол;

□ *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<sup>1</sup>.

развитие образного и логического мышления, воображения; формирование предметных умений и навыков, необходимых для успешного решения учебных и практических задач, продолжения образования.

#### **Содержание учебного предмета**

Основное содержание курса физическая культура определено Федеральным государственным стандартом второго поколения начального общего образования.

Программа состоит из трех разделов:

- *Знания о физической культуре (информационный компонент);*
- *Способы физкультурной деятельности (операциональный компонент);*
- *Физическое совершенствование (мотивационный компонент).*

Содержание раздела *«Знания о физической культуре»* отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел *«Способы двигательной деятельности»* содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела *«Физическое совершенствование»* ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ по видам спорта навыки и умения распределяются по соответствующим темам:

- «Гимнастика с основами акробатики».
- «Легкая атлетика».
- «Подвижные и спортивные игры».

В содержание программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств.

В **I классе** согласно учебной программе школьники по преимуществу осваивают различные способы выполнения бега, ходьбы и прыжков, лазанья и ползания; разучивают комплексы упражнений утренней гимнастики и физкультминуток, комплексы для формирования и укрепления осанки, развития гибкости, координации движений, силы, быстроты и выносливости. Важной особенностью содержания обучения является освоение первоклассниками подвижных игр и навыков их самостоятельной организации и проведения.

Во **II классе** акцент в содержании обучения смещается на освоение школьниками новых двигательных действий, применяемых в гимнастике, лыжных гонках, легкой атлетике и спортивных играх, фитнесе. Вместе с тем сохраняется в большом объеме обучение комплексам общеразвивающих физических упражнений разной функциональной направленности, подвижным играм, ориентированным на совершенствование жизненно важных навыков и умений.

В **III классе** увеличивается объем физических упражнений повышенной координационной сложности из базовых видов спорта (легкой атлетике, гимнастике и акробатике, лыжных гонок, футбола, волейбола и баскетбола, фитнесса), прикладных физических упражнений с использованием спортивного инвентаря и оборудования.

В **IV классе**, на завершающем этапе начального образования, содержание обучения усложняется. Это проявляется, прежде всего, в том, что школьники должны теперь осваивать не отдельные упражнения и движения, а элементы и фрагменты двигательной деятельности. Так, по разделу «Гимнастика с основами акробатики» - это освоение целостных (соревновательных) комбинаций. По разделам «Футбол» и «Баскетбол» - игра по упрощенным правилам. В содержание других разделов программы вводятся новые упражнения, требующие относительно высокого уровня технического исполнения.

Освоение учебного материала практических разделов программы сочетается с усвоением основ знаний и способов двигательной деятельности. Теоретический материал тесно связан с практическим материалом, который школьники осваивают в динамике от I к IV классу. Программа предлагает для изучения темы, связанные с историей физической культуры и спорта, личной гигиеной, организацией самостоятельных занятий физическими упражнениями. По мере усвоения знаний во II и III классах вводятся сведения, касающиеся основных понятий физического воспитания (физическая подготовка и физические качества, физические упражнения и формы организации самостоятельных занятий).

Программный материал, предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельного контроля за своим физическим развитием и физической подготовленностью. Оказанию доврачебной помощи при легких травмах. Эти умения соотносятся в программе с соответствующими темами практического раздела и раздела учебных знаний.

## Результаты изучения учебного предмета

### Личностные

*У учащегося будет сформировано:*

- чувство гордости за свою Родину, родной край (**региональный компонент**); ценности многонационального российского общества;
- уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов, родного края (**региональный компонент**);
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

*Учащийся получит возможность для формирования:*

- начальной стадии внутренней позиции школьника, положительного отношения к школе;
- первоначального представления о знании и незнании;
- понимания значения физической культуры в жизни человека;
- первоначальной ориентации на оценку результатов собственной учебной деятельности;
- уважения к мыслям и настроениям другого человека, доброжелательного отношения к людям;
- первичных умений оценки ответов одноклассников на основе заданных критериев успешности учебной деятельности.

### Предметные

*У учащегося будет сформировано:*

- первоначальное представление о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- представление о местах для занятия физической культуры в своем городе (**региональный компонент**);

- овладеет умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренний зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, в том числе и об истории физической культуры в родном городе (**региональный компонент**), характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;

- знать подвижные игры родного края (**региональный компонент**);
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

#### **Мегапредметные:**

#### **Регулятивные УУД:**

1. Умение принимать учебную задачу, соответствующую этапу обучения;
2. Понимать, принимать и сохранять учебную задачу и решать её в сотрудничестве с учителем в
3. Понимать, принимать и сохранять различные учебные задачи; осуществлять поиск средств для достижения учебной цели;
4. Принимать и сохранять учебную задачу.

Обучающийся сможет:

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.

#### **Познавательные УУД.**

1. Умение ориентироваться в информационном материале учебника, осуществлять поиск необходимой информации при работе с учебником;
2. Умение осуществлять поиск нужной информации, используя материал учебника и сведения, полученные от учителя, взрослых;
3. Самостоятельно осуществлять поиск необходимой информации при работе с учебником, в справочной литературе и дополнительных источниках, в том числе под руководством учителя, используя возможности Интернет.
4. Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе, контролируемом пространстве Интернета;

#### **Коммуникативные УУД.**

1. Умение - принимать участие в работе парами и группами;

Обучающийся сможет:

- использовать простые речевые средства для передачи своего мнения, выражать свою точку зрения;
  - следить за действиями других участников учебной деятельности;
  - строить понятные для партнёра высказывания;
  - адекватно использовать средства устного общения.
2. Умение использовать простые речевые средства для выражения своего мнения;
  - участвовать в диалоге, слушать и понимать других;
  - участвовать в беседах и дискуссиях, различных видах деятельности;
  - взаимодействовать со сверстниками в группе, коллективе на уроках физической культуры; принимать участие в совместном с одноклассниками решении проблемы (задачи), выполняя различные роли в группе.
  3. Формирование и развитие активно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач при изучении физической культуры;
  - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки;

- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных речевых ситуаций;
  - читать вслух и про себя текст учебника и научно-популярных книг, понимать прочитанное;
  - сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи), выполняя различные роли в группе;
  - участвовать в работе группы, распределять роли, договариваться друг с другом;
  - выполнять свою часть работы в ходе коллективного решения учебной задачи, осознавая роль и место результата этой деятельности в общем плане действий.
4. Уметь адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;

### **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности**

Предметная линия учебников реализуется на основе учебно-методической системы «Перспектива»

1. *Матвеев, А. П.* Физическая культура. 1 класс; 2 класс; 3–4 классы : учеб. для общеобразоват. учреждений / А. П. Матвеев ; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования ; изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2016.

2. *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, 2014.

3. *Матвеев, А. П.* Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы / А. П. Матвеев. – 5-е изд. – М.: Просвещение, 2014.

#### **1. Дополнительная литература:**

1. *Примерная* основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / сост. Е. С. Савинов. – Изд. 2-е, перераб. – М.: Просвещение, 2010. – 204 с. – (Стандарты второго поколения).

2. *Примерные* программы по учебным предметам. Начальная школа : в 2 ч. Ч. 2. – Изд. 4-е, перераб. – М. : Просвещение, 2011. – 231 с. – (Стандарты второго поколения).

#### **2. Интернет-ресурсы:**

Сайт издательства «Просвещение»: [www.prosv.ru](http://www.prosv.ru)

Интернет –ресурс УМК «Перспектива»: <http://www.prosv.ru/umk/perspektiva>

Электронная версия газеты «Начальная школа». – Режим доступа : <http://nsc.1september.ru/index.php>

*Цифровые образовательные ресурсы:*

<http://school-collection.edu.ru>- единая коллекция цифровых образовательных ресурсов

<http://edu.ru/> - Федеральный образовательный портал «Российское образование»

<http://window.edu.ru/> Единое окно доступа к образовательным ресурсам

<http://katalog.iot.ru/> Каталог образовательных ресурсов сети Интернет

[www.wikipedia.ru](http://www.wikipedia.ru) Универсальная энциклопедия «Википедия».

[www.slovari.ru](http://www.slovari.ru) Электронные словари.

#### **3. Технические средства обучения:**

1. Музыкальный центр.

2. Мегафон.

#### **4. Экранно-звуковые пособия:**

Аудиозаписи.

#### **5. Учебно-практическое оборудование:**

1. Стенка гимнастическая (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).

2. Скамейка гимнастическая жесткая (2 м; 4 м) (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).

3. Комплект навесного оборудования (мишени для метания) (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).

4. Мячи: мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи футбольные (на каждого ученика), массажные (на каждого ученика).

5. Палка гимнастическая (на каждого ученика).

6. Скакалка детская (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).

7. Мат гимнастический (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).

8. Кегли (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).

9. Обруч пластиковый детский (на каждого ученика).

10. Кольца резиновые и пластмассовые (на каждого ученика).

11. Флажки: разметочные с опорой, стартовые (демонстрационный экземпляр).
12. Лента финишная (демонстрационный экземпляр).
13. Рулетка измерительная (на каждого ученика).
14. Набор инструментов для подготовки прыжковых ям.
15. Сетка для переноса и хранения мячей (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
16. Аптечка (демонстрационный экземпляр).

**6. Игры и игрушки:**

1. Футбол (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
2. Стол для игры в настольный теннис (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
3. Сетка и ракетки для игры в настольный теннис (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
4. Шахматы (с доской) (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
5. Шашки (с доской) (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
6. Контейнер с комплектом игрового инвентаря (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).