

Аннотация к рабочей программе по физической культуре

| № | Пункт аннотации | Содержание |
|----|---|--|
| 1. | Название программы | Физическая культура УМК «Школа России» В.И. Лях. М.: «Просвещение», 2011 год |
| 2. | Учебник | Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. организаций/В.И. Лях. – 14-е изд. - М.: «Просвещение», 2014 год |
| 3. | Адресность | Для обучающихся 1 – 4 классов |
| 4. | Составители программы | Остапенко А.Э. |
| 5. | Цель программы с учетом специфики предмета | <p style="text-align: center;">Целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.</p> <p>Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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, роли в 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. |
| 6 | Место учебного предмета в учебном плане МАОУ СОШ №62, количество часов | Программа «Физическая культура» для организаций общего начального образования составлена в соответствии с объёмом учебного времени, отведённым на изучение данного предмета в базисном учебном плане образовательных учреждений общего образования. Предмет «Физическая культура» изучается в 1–4 классах в общем объёме 405 часов (99 часов в 1 классе, по 102 часа – во 2–4 классах 3 раза в неделю). |
| 7. | Требования к результату освоения учебного предмета <ul style="list-style-type: none"> • личностный • метапредметный | <p style="text-align: center;">Личностные и метапредметные результаты</p> <p><i>(для обучающихся, не имеющих противопоказаний для занятий физической</i></p> |

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • предметный результаты | <p><i>культурой или существенных ограничений по нагрузке)</i></p> <p>В результате обучения обучающиеся на ступени начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.</p> <p><i>Знания о физической культуре</i></p> <p><u>Выпускник научится:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультурминуток 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). <p><u>Выпускник получит возможность научиться:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p><i>Способы физкультурной деятельности</i></p> <p><u>Выпускник научится:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультурминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами; |
|---|--|

| | | |
|--|--|--|
| | | <p>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;</p> <p>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.</p> <p><u>Выпускник получит возможность научиться:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультурминуток, 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. <p>Физическое совершенствование</p> <p><u>Выпускник научится:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p><u>Выпускник получит возможность научиться:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - сохранять правильную осанку, |
|--|--|--|

| | | |
|----|--|--|
| | | <p><i>оптимальное телосложение;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;</i> - <i>играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;</i> - <i>выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;</i> - <i>плавать, в том числе спортивными способами;</i> - <i>выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i> <p>Предметные результаты</p> <p>Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;</p> <p>Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);</p> <p>Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).</p> |
| 7. | Основные технологии, методы, приемы реализации программы | <p>Технологии: игровые, приобщения к ценностям; дифференцированного обучения.</p> <p>Методы и приемы: наблюдения, сравнения, анализа и синтеза, индивидуальные, фронтальные и групповые формы работы.</p> |
| 8. | Формы и методы текущего и промежуточного контроля | Тесты, соревнования |