

**Аннотация к рабочей программе  
учебного предмета «Физическая культура»  
базовый уровень**

Уровень образования: начальное общее образование

Класс: 1-4

Программы разработаны на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов основного общего образования, основной образовательной программы основного общего образования МКОУ «Фоминичская СОШ»

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК):**

Программа составлена в соответствии с «Примерными программами», в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования 2009 г., на основе авторской программы В.И.Ляха «Физическая культура. 1-4 классы», 2011 г. . Программа реализуется на основе учебно-методического комплекта «Школа России». В данный УМК входит:

Учебник В.И. Лях. Физическая культура 1-4 классы.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН (количество часов):**

1 класс – 3 часа в неделю, 96 часов

2 класс – 2 часа в неделю, 66 часов

3 класс – 2 часа в неделю, 66 часов

4 класс – 2 часа в неделю, 66 часов

Для развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья, от 11 июня 2014 г. № 540, введено «**Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном Комплексе ГТО**», необходимого для подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и норм Комплекса ГТО. **Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном Комплексе ГТО** определяет структуру и содержание Комплекса ГТО, а также условия организации соревнований по видам испытаний (тестам), входящим в Комплекс ГТО. Комплекс ГТО является программной и нормативной основой системы физического воспитания различных групп населения Российской Федерации, устанавливает государственные требования к физической подготовленности граждан Российской Федерации, включающие виды испытаний (тесты) и нормы, перечень знаний, навыков ведения здорового образа жизни, двигательных умений и навыков. Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение установленных нормативов населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше), а также участниками физкультурно-спортивных мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных

физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, программы которых содержат виды испытаний (тесты), входящие в Комплекс ГТО.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### **- личностные и метапредметные (познавательные, регулятивные и коммуникативные)**

#### ***Личностные результаты:***

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### ***Метапредметные результаты:***

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **-Предметные результаты освоения основных содержательных линий программы**

| Обучающийся научится   | Обучающийся получит возможность научиться:   |
|--|--|
| <b>Раздел «Знания о физической культуре»</b>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;</li> <li>• характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;</li> <li>• раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие;</li> <li>• ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;</li> <li>• организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;</li> <li>• характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.</li> </ul>  |
| <b>Раздел «Способы физкультурной деятельности»</b>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;</li> <li>• 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;</li> <li>• измерять показатели физического развития (рост и массу тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость),</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;</li> <li>• выполнять простейшие приемы</li> </ul> |

|   |   |
|---|---|
| вести систематические наблюдения за их динамикой.   | оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.   |
| <b>Раздел «Физическое совершенствование»</b>  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);</li> <li>• выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств;</li> <li>• выполнять организующие строевые команды и приемы;</li> <li>• выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);</li> <li>• выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах;</li> <li>• выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса);</li> <li>• выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;</li> <li>• выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;</li> <li>• играть в баскетбол и волейбол по упрощенным правилам;</li> <li>• выполнять передвижения на лыжах</li> </ul> |