

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ по физической культуре 1 – 4 классов (ФГОС НОО)

Рабочая программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 года №373;
- «Комплексной программы физического воспитания 1-11 классы», автором - составителем которой являются В.И.Лях и А.А.Зданевич; издательство «Просвещение», Москва - 2010г.

Место предмета в учебном плане:

Учебная программа «Физическая культура» разработана для 1 - 4 класса начальной школы.

Программа рассчитана на 99 часов (33 учебные недели, 3 ч в неделю) в 1 классе и 102 часа (34 учебные недели, 3 ч в неделю) во 2 - 4 классах из расчета 3 часа в неделю.

Целью учебной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой. Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура, в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определённых знаний, двигательных навыков и умений. Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- укреплять 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, ее значении в жизни человека,

укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
– развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультминутками и подвижными играми;
обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Для реализации программы используются учебники:

В.И. Лях. Физическая культура. 1-4 классы. ФГОС. Учебник для общеобразовательных учреждений просвещение, 2010.

Основные образовательные технологии.

В процессе изучения дисциплины используется как традиционные, так и инновационные технологии проектного, игрового, дифференцированного физкультурного образования.

Требования к уровню подготовки обучающихся.

1 класс

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 1 класса должны:

Знать/понимать

1. связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
2. способы изменения направления и скорости движения;
3. режим дня и личную гигиену;
4. правила составления комплексов утренней зарядки;

Уметь –выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

играть в подвижные игры;

выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

выполнять строевые упражнения;

демонстрировать уровень физической подготовленности

2 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

Знать/понимать

1. зарождение древних Олимпийских игр;
2. физические качества и общие правила определения уровня их развития;
3. правила проведения закаливающих процедур;
4. об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

Уметь – определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);

вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;

выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);

выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;

выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;

выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;

демонстрировать уровень физической подготовленности

3 класс

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 3 класса должны:

Знать/понимать

1. физическую культуру и ее содержание у народов Древней Руси;
2. символику и ритуал проведения Олимпийских игр
3. разновидности физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
4. об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол

Уметь – составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;

выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;

проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);

составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;

вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;

демонстрировать уровень физической подготовленности

4 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся IV класса должны:

Знать/понимать

1. роли и значения занятий физическими упражнениями в подготовке солдат в русской армии;
2. влияние современного олимпийского движения на развитие физической культуры и спорта в России, крае.
3. физическую подготовку и ее связь с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
4. физическую нагрузку и способы ее регулирования;
5. причины возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма

Уметь – вести дневник самонаблюдения;

выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;

подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;

выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам;

оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;

демонстрировать уровень физической подготовленности

Формы контроля.

контроль за физической подготовленностью обучающихся проводится три раза в учебном году (сдача нормативов, проекты)