

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Рабочая программа по физической культуре для 1-4 классов составлена на основе примерной рабочей программы. Предметная линия учебников 1-4 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. –4-е изд.- М.: Просвещение, 2021. - 175 с.

Цель: школьное физическое воспитание как формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи:

- 1) укреплять здоровье, улучшать осанку, профилактику плоскостопию, содействовать гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- 2) формировать первоначальные умения саморегуляции средствами физической культуры;
- 3) овладеть школой движений;
- 4) развивать координационные (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционные (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способности;
- 5) формировать элементарные знания о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- 6) выработать представления об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- 7) формировать установку на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- 8) приобщать к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- 9) воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость во время выполнения физических упражнений, содействовать развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Программа обеспечена учебно-методическим комплектом: - Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И.Лях. - 9-е издание - М.: Просвещение, 2021 г. - Физическая культура. Методические рекомендации 1-4 классы: учебное пособие для общеобразоват. организаций/ В.И.Лях.- 4-ое изд. М.: Просвещение, 2021.-175 с.

На изучение физической культуры на уровне начального общего образования отводится 270 часов из расчета 2 часа в неделю в 1 классе, 3 часа в неделю со 2 по 4-й класс. При этом: - в 1-ом классе – 66 часов - во 2-ом классе – 68 часов - в 3-ем классе – 68 часов - в 4-ом классе – 68 часов Поскольку в первом классе «ступенчатый» режим обучения, в первой четверти планируется уплотнение учебного материала на 8 часов. В рабочую программу по физической культуре внесены следующие изменения: Раздел «Общеразвивающие упражнения» распределяется равномерно на все уроки обучения и проводится на материале тех разделов, которые проходят по плану. Изучение раздела «Знания о физической культуре» и «Способы физкультурной деятельности» распределены по всем разделам программного материала для изучения в процессе уроков. В раздел «Основы знаний» добавились темы

о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», а именно «История развития комплекс ГТО», «Современный комплекс ГТО, требования и норматив» и самостоятельное составление простейших комбинаций упражнений, направленных на подготовку к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами общего образования, утвержденными приказами Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. N 373, от 17 декабря 2010 г. N 1897 и от 17 мая 2012 г. N 413)

В примерной программе не предусмотрены часы для проведения контрольных, лабораторных, практических работ, экскурсий, проектов, исследований по предмету.

Для определения уровня физической подготовленности школьников используются тесты-упражнения: бег 30м; бег 1000м; прыжок в длину с места; подтягивание (мальчики), поднимание туловища за 30с (девочки), тест на гибкость «складка», челночный бег, шестиминутный бег. Контроль за физической подготовленностью учащихся проводится 2 раза в учебном году; в сентябре и в мае. Результаты оцениваются по специальным таблицам. После сентябрьского тестирования результаты анализируются. На основании анализа учитель планирует и включает в уроки необходимые упражнения, направленные на развитие той или иной двигательной способности, намечает общую стратегию в создании системы домашних заданий.