

Аннотация к рабочей программе по физической культуре

Рабочая программа по физической культуре для 1-4 классов составлена на основе:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373 (в редакции Приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 г. № 1241, от 22.09.2011 г. № 2357, от 18.12.2012 г. № 1060, от 29.12.2014 г. № 1643, от 18.05.2015 г. №507);
3. Приказа Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1015 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
4. Приказа Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (ред. от 05.07.2017).
5. Письма Минобрнауки России от 07.08.2015 N 08-1228 "О направлении рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по вопросам введения федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования").
6. Учебный план ГБПОУ «МССУОР № 1» Москомспорта на 2018-2019 год .
7. Годового календарного графика ГБПОУ «МССУОР № 1» Москомспорта на 2018 - 2019 учебный год.

Рабочая программа учебного предмета «физическая культура» предназначена для учащихся 1-4 классов общеобразовательной школы.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Является составной частью подготовки в предметной области «физическая культура», и ее освоение должно обеспечить укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений само - регуляции средствами физической культуры. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Данная программа составлена на основе:

- «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2014
- примерной программы начального общего образования по физической культуре УМК «Школа России» М: Просвещение 2014г; допущенной Министерством образования и науки РФ;
- междисциплинарной программы «Формирование универсальных учебных действий» (подпрограмм «Формирование ИКТ-компетентности обучающихся», «Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности» и «Основы смыслового чтения и работа с текстом»);
- программы воспитания и социализации обучающихся на ступени начального общего образования.

Актуальность программы. Актуальность образования в области физической культуры определяется необходимостью формирования у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни

Цель программы: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи программы:

1. укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
2. формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
3. овладение школой движений;
4. развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движения, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
5. формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
6. выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
7. формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
8. приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
9. воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Характеристика учебного процесса

Виды и формы деятельности

- К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся:
 - уроки физической культуры,
 - физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (гимнастика перед началом занятий, физкультурные минуты во время уроков, игры и физические упражнения на перерывах и в режиме продленного дня);

- внеклассная физкультурно-массовая работа (занятие в кружках физической культуры и спортивных секциях, спортивные соревнования);
- внешкольная спортивно-массовая работа (по месту жительства учеников, занятия в детско-юношеских спортивных школах, спортивных обществах);
- самостоятельные занятия школьников физическими упражнениями в семье, на пришкольных и дворовых площадках, стадионах, в парках)

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа:

- с образовательно- познавательной
- образовательно-предметной
- образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжных гонок и плавания. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Методы организации урока:

Фронтальный – упражнения выполняются одновременно всеми учащимися (игры, упражнения на осанку, построения перестроения) – используя при проведении строевых, обще развивающих упражнений в водной части урока.

Поточный - учащиеся выполняют одно и то же упражнение по очереди, один за другим, непрерывным потоком (лазание по гимнастической стенке, скамейке, прыжки в длину, бег).

Посменный – учащиеся распределяются на смены, на очереди для выполнения упражнений (метания, акробатические упражнения, лазание).

Индивидуальный – используются в учетных уроках.

Групповой - каждая группа учащихся по заданию учителя занимается самостоятельно, выполняя в порядке очереди разные виды упражнений.

На уроках физической культуры основными технологиями являются игровые и групповые технологии, которые несут ряд функций: обучающие, воспитательные, развивающие, психотехнические, коммуникативные, развлекательные, релаксационные. Эти технологии позволяют более действенно обеспечить гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общее комфортное состояние обучающегося, дать заряд положительных эмоций, снять негативный настрой после прохождения некоторых уроков, дать общий эффект радости от общения от успешного преодоления трудностей.

Здоровьесберегающие технологии позволяют учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности;

Применение ИКТ на уроках образовательно-предметной и образовательно-познавательной направленности позволяет развивать умение учащихся ориентироваться в информационных потоках окружающего мира в области физической культуры и спорта; овладевать практическими способами работы с информацией; обмениваться информацией с помощью современных технических средств.

Технология проектной деятельности стимулирует самостоятельность учащихся, их стремление к самовыражению, формирует активное отношение к вопросам здорового образа жизни, физкультуры и спорта, сопереживание и сопричастность к нему, развивает коммуникативные качества.

Система оценки достижений учащихся

Внутренняя оценка предметных и метапредметных результатов обучающихся включает в себя стартовое, текущее (формирующее) и промежуточное (итоговое) оценивание.

Предметом стартового оценивания, которое проводится в начале каждого учебного года, является определение остаточных знаний и умений обучающихся относительно прошедшего учебного года, позволяющего организовать эффективно процесс повторения и определить эффекты от обучения за прошлый учебный год.

Формы стартового оценивания: сдача нормативов

Предметом текущего (формирующего) оценивания является операциональный состав предметных способов действия и универсальные учебные действия для определения проблем и трудностей в освоении предметных способов действия и УУД и планирования работы по ликвидации возникших проблем и трудностей.

Формы текущего оценивания: персонифицированные мониторинговые исследования, уровневые итоговые контрольные работы по физической культуре, включающие проверку сформированности базового уровня (оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник научится») и повышенного уровня (оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник получит возможность научиться»), проектные и исследовательские работы

Предметом промежуточного (итогового) оценивания на конец учебного года является уровень освоения обучающимися культурных предметных способов и средств действия, а также УУД.

Формы промежуточной (итоговой) аттестации: типовые задания по оценке личностных результатов, итоговые проверочные работы по предмету физическая культура, сдача нормативов.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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 3ч в неделю).

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)	
2	Стандарт начального общего образования по физической культуре	
1.2	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 2–4-х классов. – М.: Просвещение, 2014.	
1.3	Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2013.	
1.4	Рабочая программа по физической культуре	
1.5	Лях В.И. Физическая культура Предметная линия учебников Москва «Просвещение» 2014	
2	Дополнительная литература для учителя	
2.1	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного	

	предмета «физическая культура»	
3	Дополнительная литература для обучающихся	
3.1	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	
4	Технические средства обучения	
4.1	Компьютер	
4.2	Мультимедиапроектор	
5	Учебно-практическое оборудование	
5.1	Канат для лазанья	
5.2	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	
5.3	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	
5.4	Палка гимнастическая	
5.5	Скакалка детская	
5.6	Мат гимнастический	
5.7	Кегли	
5.8	Обруч пластиковый детский	
5.9	Рулетка измерительная	
6	Средства первой помощи	
6.1	Аптечка в медицинском кабинете	

