

# Физкультура — аннотация к рабочим программам УМК «Физическая культура» для 1-4 классов

Программы разработаны на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, авторской программы: Физическая культура, программа: 1-4 классы / Лях. В. И., 6-е изд.- М. : Просвещение, 2019г.

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК):

Лях. В. И. Физкультура. 1 класс. М.: Издательский центр Просвещение  
Лях. В. И. Физкультура. 2 класс. М.: Издательский центр Просвещение  
Лях. В. И. Физкультура. 3 класс. М.: Издательский центр Просвещение  
Лях. В. И. Физкультура. 4 класс. М.: Издательский центр Просвещение

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН (количество часов):

- 1 класс — 3 часа в неделю, 99 часов в год.
- 2 класс — 3 часа в неделю, 102 часа в год.
- 3 класс — 3 часа в неделю, 102 часа в год.
- 4 класс — 3 часа в неделю, 102 часа в год.

## Цели реализации рабочей программы:

- 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;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма, формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта, освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании ЗОЖ, обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями, воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- воспитание культуры личности, отношения к предмету «физическая культура» как к части общечеловеческой культуры, играющей особую роль в общественном развитии.

## ЗАДАЧИ:

- обеспечение преемственности в освоении курса физическая культура при переходе от первого уровня образования ко второму;
- формирование мотивации изучения физической культуры, готовность и способность учащихся к саморазвитию, личностному самоопределению, построению индивидуальной траектории изучения предмета;
- формирование у учащихся способности к организации своей учебной деятельности посредством освоения личностных, познавательных, регулятивных и коммуникативных универсальных учебных действий;
- формирование специфических для физической культуры стилей мышления, необходимых для полноценного функционирования в современном обществе;
- формирование умений представлять информацию в зависимости от поставленных задач в виде таблицы, схемы, графика и диаграммы, использовать компьютерные программы, Интернет при ее обработке;
- овладение системой навыков, умений и знаний, необходимых для решения задач повседневной жизни, изучения смежных дисциплин и продолжения обучения по предмету физическая культура.

## ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

## МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
  - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
  - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
  - обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
  - организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
  - планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
  - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
  - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
  - оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

## ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
  - излагать факты истории развития физической культуры,
    - характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
    - представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
    - измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
    - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
    - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
    - бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
    - организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
    - характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
    - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
    - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
    - подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
    - находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
    - выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
    - выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
    - выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## СОДЕРЖАНИЕ:

### 1 класс

- 1- Легкая атлетика и кроссовая подготовка – 27 ч.
- 2- Подвижные игры с элементами спортивных игр – 32 ч.
- 3- Гимнастика с элементами акробатики -24 ч.
- 4- Лыжная подготовка – 16 ч.

**всего:** 99 ч.

### 2 класс

- 1 - Легкая атлетика и кроссовая подготовка – 30 ч.
- 2 - Подвижные игры с элементами спортивных игр – 32 ч.
- 3 - Гимнастика с элементами акробатики – 24 ч.
- 4 - Лыжная подготовка – 16 ч.

**Всего:** 102 ч.

### 3 класс

- 1 - Легкая атлетика и кроссовая подготовка – 30 ч.
- 2 - Подвижные игры с элементами спортивных игр – 32 ч.
- 3 - Гимнастика с элементами акробатики – 24 ч.
- 4 - Лыжная подготовка – 16 ч.

**Всего:** 102 ч.

### 4 класс

- 1 - Легкая атлетика и кроссовая подготовка – 30 ч.
- 2 - Подвижные игры с элементами спортивных игр – 32 ч.
- 3 - Гимнастика с элементами акробатики – 24 ч.
- 4 - Лыжная подготовка – 16 ч.

**Всего:** 102 ч.

## ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Основная цель текущего опроса - проверка того, как идет процесс формирования знаний, умений, связанных с изучением и формированием двигательных навыков, (наблюдать, сравнивать, классифицировать, устанавливать причину, определять свойства и т.п.), анализ деятельности учителя и корректировка ее в том случае, если это необходимо.

Текущий контроль проводится в период становления знаний умений школьника, а это происходит в разные сроки. В этот период ученик должен иметь право на ошибку, на подробный совместный с учителем и другими учениками анализ своих успехов, ошибок и неудач. Поэтому нецелесообразна поспешность, злоупотребление цифровой отрицательной оценкой, если умение еще не устоялось, а знание не сформировалось.

Необходимо тщательно продумывать коллективную работу над ошибками. Текущий контроль может проводиться на каждом уроке в виде индивидуального опроса, выполнения заданий, сдача контрольных нормативов, тестовых упражнений и др.

Тематический контроль - можно использовать на занятиях по физической культуре для исправления отметки, более тщательно подготовившись. То есть при тематическом контроле ученик получает возможность «закрыть» предыдущую отметку и улучшить итоговую отметку в четверти.

Итоговый контроль - представлен в виде теста, который включает в себя 15 вопросов, с 1 по 13 вопрос, нужно выбрать один правильный вариант ответа, в 14 и 15 вопросе написать краткий вариант ответа. Работа представлена в 2х вариантах и рассчитана на 30-35мин.

В работе проверяются предметные планируемые результаты по разделам:

- знание о физической культуре;
- физкультурно-оздоровительная деятельность;
- легкая атлетика;
- лыжная подготовка;
- спортивные игры.

Устный опрос — метод контроля, позволяющий не только опрашивать и контролировать знания учащихся, но и сразу же поправлять, повторять и закреплять знания, умения и навыки.