

## Аннотация к рабочей программе по физической культуре, 1-4 классы

Критерии	Описание критерия
Полное наименование Рабочей программы по предмету	Рабочая программа по предмету «Физическая культура» (Комплексная программа физического воспитания учащихся)
Уровень образования	Начальное общее образование, 1-4 классы
Нормативная основа разработки программы	Рабочая программа составлена на основе Примерной программы по физической культуре для среднего общего образования, авторской программы под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Авторы составители А.Н. Каинов, Г.И. Курьеров. Соответствует Федеральному компоненту государственного стандарта общего образования. - Изд.3-е,испр.- Волгоград: Учитель, 2014г. Календарно-тематическое планирование 1-4 классы, В.И. Виненко.-Изд. 2-е, Волгоград: Учитель, 2014г. ФГОСТ Физическая культура. 1-4 классы, 1-4 классы. М.Я. Виленский, И.М. Туревский. ФГОСТ Физическая культура. 1-4 классы. В.И. Лях.- 3-е издание. - М.: Просвещение; ОАО «Московские учебники», 2011г.
Срок реализации программы	4 года
Количество часов по программе всего и интенсивность в неделю	Всего по программе: 408 часов. Интенсивность: 3 часа в неделю в каждой параллели.
Учебники и учебные пособия	Физкультура. Календарно-тематическое планирование 1-4 классы, В.И. Лях. 1-4 классы В.И. Виненко.-Изд. 2-е, Волгоград: Учитель, 2014г. ФГОСТ Физическая культура. 1-4 классы. М.Я. Виленский, И.М. Туревский. ФГОСТ Физическая культура. 1-4 классы. В.И. Лях.- 3-е издание. - М.: Просвещение; ОАО «Московские учебники», 2011г.
Дата утверждения. Органы и должностные лица, принимавшие участие в разработке, рассмотрении, принятии, утверждении образовательной программы	Рассмотрена и принята на заседании Педагогического совета ГБОУ Школа № 1282 города Москвы, Протокол № 1 от 29 августа 2016 года. Утверждена и.о. директора ГБОУ Школа № 1282 Е.Д. Жилиной
Основная цель и задачи реализации программы	<b>Цель</b> 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. <b>Задачи</b> программы: - укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; - формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры; - овладение школой движений;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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;</li> <li>- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;</li> <li>- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;</li> <li>- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни; 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;</li> <li>- 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.</li> </ul>
<p>Основные требования к результатам освоения программы</p>	<p>Личностные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;</li> <li>- формирование уважительного отношения к культуре других народов;</li> <li>- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;</li> <li>- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</li> <li>- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;</li> <li>- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</li> <li>- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;</li> <li>- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</li> </ul> <p>Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;</li> <li>- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с</li> </ul>

поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- определение общей цели и путей её 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 учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- 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.

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре.

Знания о физической культуре. Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получают первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получают представление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получают первоначальные сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка.

Гимнастика с элементами акробатики. Ученики научатся

	<p>строиться в шеренгу и колонну; размыкаться на руки в стороны; перестраиваться разведением в две колонны; выполнять повороты направо, налево, кругом; команды «равняйся», «мирно», «по порядку рассчитайся», «на первый-второй рас-считайся», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»; выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; запоминать короткие временные отрезки; подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа; выполнять вис на время; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове; лазать и перелезать по гимнастической стенке; лазать по канату; выполнять висы на перекладине; прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись и переворот на гимнастических кольцах.</p> <p>Легкая атлетика. Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег 3х 10 м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, а также прыжок в высоту спиной вперед; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу.</p> <p>Лыжная подготовка. Ученики научатся переносить лыжи по команде «на плечо», «под рукой»; выполнять ступающий и скользящий шаг, как с палками, так и без, повороты переступанием, как с палками, так и без, подъем на склон «полуелочкой» с лыжными палками, и без них, спуск под уклон в основной стойке с лыжными палками и без них; торможение падением; проходить дистанцию 1,5 км; кататься на лыжах «змейкой».</p> <p>Подвижные игры. Ученики научатся играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совуш-ка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу», «Белочка-защитница», «Бегуны и прыгуны», «Грибы-шалуны», «Котел», «Охотники и утки», «Антивышибалы», «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Хвостики», «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Игра в птиц», «Игра в птиц с мячом», «День и ночь»; выполнять ловлю и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.</p>
<p>Краткая информация о системе оценивания результатов освоения программы</p>	<p>Оценивание предусмотрено как по окончании раздела, так и по мере освоения умений и навыков в формате тестирования и сдачи зачетов (норм), в 1 классе оценка отсутствует.</p>