

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Орловская средняя общеобразовательная школа»

Приложение к ООПНОО

АННОТАЦИИ К РАБОЧИМ ПРОГРАММАМ

Начальное общее образование

1-4 классы

ФГОС НОО

~~Составитель:~~ Кацер Н.Г,
учитель I кв. категория

с.Орловка

Рабочая программа для 1-4 классов учебного курса по физической культуре разработана на основе следующих документов:

- 1.Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2012 №1897).
- 2.Примерная основная образовательная программа начального образования (одобрена решением федерального методического объединения по общему образованию протокол от 08.04.2015г№1/15),
- 3.Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013г. №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам –образовательным программам начального общего,основного общего и среднего общего образования».
- 4.Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010г.№189. «Об утверждении СанПиН 2.4.2. 2821-10» Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» в ред. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015г№81,
- 5.Основная образовательная программа основного начального образования МКОУ «Орловская СОШ»
- 6.Устав МКОУ «Орловская СОШ»

7. Авторская программа по физической культуре для 1-11классов. (Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич.2018г.)

Данная программа обеспечивается линией учебно-методических комплектов по физической культуре для 1-4 классов под редакцией В.И. Ляха выпускаемой издательством «Просвещение».2018г.

Школа вправе в течение 3-х лет использовать в образовательной деятельности учебники, приобретенные до вступления в силу приказа от 28.12.2018 № 345.

Цель изучения физической культуры – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организации активного отдыха, знания и навыки в области физической культуры.

Данная цель решает следующие образовательные **задачи**:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению,
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры,
- обучение методике движений,
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических координационных способностей,
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий,
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни,
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время,
- воспитание дисциплинированности доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представление,память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Предметные результаты освоения курса «физическая культура» на уровне начального общего образования являются в соответствии разделами программы.

Выпускник научится:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- 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;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- 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;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- пробегать в равномерном темпе до 10 мин (мальчики) и до 9 мин (девочки);
- метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10—12 м)
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
- определять понятие «осанка»; обосновывать связь правильной осанки и здоровья организма человека; описывать правильную осанку человека в положении сидя и стоя;
- подбирать спортивную одежду в зависимости от времени года и погодных условий;
- подбирать необходимый инвентарь для занятий разными видами физических упражнений;
- объяснять значение понятия «здоровый образ жизни»;
- определять правильность осанки в положении стоя у стены;
- выполнять упражнения для физкультминутки;
- выполнять упражнения для профилактики нарушений зрения;
- выполнять комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств;
- называть правила техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой;
- выполнять основные элементы кувырка вперёд;
- выполнять передвижение по ровной местности (ступающим шагом с палками и без палок, скользящим шагом), спуски с пологих склонов, торможение «плугом», подъём «лесенкой»;
- описывать правила хранения лыж;
- называть правила техники безопасности на уроках по лыжной подготовке;
- называть правила техники безопасности на спортивных площадках;
- играть в подвижные игры по правилам.
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- 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;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- 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;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,
- выполнять общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов на уроке и дома (самостоятельно);

- осознанно выполнять упражнения на развитие физических качеств, упражнения для профилактики плоскостопия и формирования осанки;
- выполнять бег с изменением направлений, частоты и длины шагов, специальные беговые упражнения и прыжки;
- выполнять метания теннисного мяча на дальность; - выполнять висы и демонстрировать уверенное лазание по шведской стенке;

Получит возможность научиться:

- вести наблюдения за развитием своего организма,
- эстетически красиво выполнять гимнастические упражнения, выполнять тестовые нормативы по физической подготовке,
- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня», «личная гигиена»,
- соблюдать правила поведения в зале и на улице во время занятий физическими упражнениями
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;**
- установка на здоровый образ жизни; взаимодействие в команде;**
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
- выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств.
- называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности; - выполнять простые технические действия и приемы из спортивных игр;
- играть в футбол по упрощенным правилам;
- характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня», «личная гигиена»;
- соблюдать правила поведения в зале и на улице во время занятий физическими упражнениями.
- выполнять акробатические и легкоатлетические упражнения, организующие строевые команды и приемы;;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;
- оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнерами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- организовывать самостоятельные систематические занятия физической культурой с соблюдением

правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах;

- поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание
- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- характеризовать роль и значение режима дня, личной гигиены в сохранении и укреплении здоровья;
- вести наблюдения за развитием своего организма;
- составлять индивидуальный режим дня, комплексы утренней гимнастики, физминуток, ОРУ для индивидуальных занятий.
- эстетически красиво выполнять гимнастические упражнения;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять технические элементы спортивных игр.

По учебному плану МКОУ «Орловская СОШ» на изучение учебного предмета «Физическая культура» при получении начального общего образования в обязательной части отводится 321 часов, и 17 часов из части формируемой участниками образовательных отношений в 1 классе, которые распределены по классам следующим образом:

1 класс – 83 часа, 3 часа первое полугодие и 2 часа в неделю второе полугодие;

2 класс – 68 часов, 2 часа в неделю;

3 класс – 102 часа, 3 часа в неделю

4 класс – 68 часов, 2 часа в неделю.

Формы контроля

- индивидуальные,
- парные,
- групповые,
- фронтальные.

Формы промежуточной аттестации – показатели физической подготовленности..

-Технологии в обучении

- Здоровьесберегающие технологии
- Игровая технология
- Технология личностно-ориентированного обучения.

