

Учебный предмет «Физическая культура»

1 – 4 класс

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования на основе приказа Министерства образования Российской Федерации № 373 от 06 октября 2009 года «Об утверждении и введении в действие ФГОС начального общего образования» с изменениями, внесёнными приказами Министерства образования и науки от 26 ноября 2010 года № 1241, от 22 сентября 2011 г. № 2357, от 18.12.2012 г. № 1060, от 31.12.2015 №1567. Основной образовательной программы начального общего образования (далее - ООП НОО) и основе примерной программы курса «Физическая культура 1-4 классы» - М.: Просвещение, 2018 год (автор: В.И. Лях) с учетом основных направлений программ, включенных в структуру ООП НОО (Программы развития УУД на уровне НОО, с учетом Программы воспитания и социализации учащихся на уровне НОО, Программы коррекционной работы) и положений Концепции образования этнокультурной направленности в Республике Коми (http://minobr.rkomi.ru/left/dok/info_mat/).

Данная программа адресована учащимся 1-4 классов

Цель изучения физической культуры: формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- *укрепление* здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

- *совершенствование* жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

- *формирование* общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

- *развитие* интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

- *обучение* простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Общая характеристика учебного предмета

Учебный план для 1-4 классов реализует общеобразовательные программы, обеспечивает реализацию требований федерального государственного стандарта начального общего образования. Нормативный срок освоения образовательных программ начального общего образования 4 года.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются

физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Важнейшим требованием современного урока является обеспечение дифференцированного и индивидуального подходов к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Программа направлена на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Программа разработана с учётом особенностей первой ступени общего образования как фундамента всего последующего обучения.

В соответствии с приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 года № 889 и «Соглашением о взаимодействии Министерства образования и науки РФ с общероссийской спортивной организацией «Национальная федерация фитнеса» в объеме недельной нагрузки 1 и 4 классах МОУ «СОШ № 7» введен 3 час физической культуры с оздоровительной направленностью который направлен на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение инновационных методик и технологий физического воспитания. Во 2,3 и 4 классах осталось по 2 часа.

Во взаимосвязи с общим курсом физической культуры рассматривается также этнокультурная составляющая образования, которая обеспечивается параллельным включением тем в содержание предмета, в частности в виде национальных подвижных игр народов коми.

Лыжная подготовка Природные и географические условия Республики Коми (огромные лесные массивы, большое количество водных источников, малая плотность населения, значительная удалённость населённых пунктов) актуализируют изучение разделов «Лыжная подготовка» и «Туризм и ориентирование на местности», в которых закладываются основные умения и навыки двигательной физической активности, ориентировки на местности, выживания в экстремальных ситуациях, а также воспитывает интерес к национальным видам спорта, поэтому в вариативную часть данной программы включен региональный компонент: «Лыжная подготовка», «Туризм и ориентирование на местности» (Указ Главы Республики № 301 от 13.07.2001 г.), а также, учитывая материально-техническое оснащение школы – спортивная игра «Волейбол».

В связи с нестабильностью погодных условий (перепады, понижение температуры, дождь) возможно изменение порядка нумерации уроков лёгкой атлетики, лыжной подготовки, гимнастики, подвижных игр.

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об

обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

Отличительной особенностью данной программы является включение в изучение раздела «Физическое совершенствование» волейбола и лыжной подготовки в большем объеме, чем остальные составляющие раздела. Это связано с особенностями учебно-спортивной базы школы.

В связи с нестабильностью погодных условий (перепады, понижение температуры, дождь) возможно изменение порядка нумерации уроков лёгкой атлетики, лыжной подготовки, гимнастики, подвижных игр.

Каждый урок физической культуры имеет ясную целевую направленность, конкретные и четкие педагогические задачи, которые определяют содержание урока, выбор методов (разумное сочетание современных технологий развивающего обучения, проблемного обучения, личностно-ориентированного обучения), средств обучения и воспитания (в т.ч. ИКТ), способов организации учащихся. На каждом уроке решается комплекс взаимосвязанных задач: образовательных, оздоровительных и воспитательных.

В основе реализации основной образовательной программы лежит системно-деятельностный подход, на каждом уроке обеспечивается дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Уроки физической культуры по лыжной подготовке и легкой атлетике проводятся в на открытом воздухе. Учащиеся занимаются в спортивной одежде и обуви в соответствии с температурными и погодными условиями.

При обучении двигательным действиям предпочтение отдается целостному методу, уделяя основное внимание овладению школой движений. Обучение двигательным действиям и развитие физических способностей младших школьников тесно связаны между собой. При освоении двигательных действий, используется метод стандартно-повторного и вариативного упражнения, который в младшем школьном возрасте сочетается с широким применением игрового и соревновательного метода.

На уроках используются следующие формы организации учебного процесса: индивидуальные, индивидуально-групповые, фронтальные, групповые, работа в парах.

Оценка успеваемости складывается главным образом из качественных критериев оценки уровня достижений предметных и метапредметных достижений обучающихся, необходимых для продолжения образования, к

которым относятся: качество овладения программным материалом, включающим теоретические и методические знания, способы двигательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, а также динамики их количественных показателей, достигнутых в двигательных действиях. При оценке достижений обучающихся учитываются индивидуальные темпы продвижения в развитии их двигательных способностей. Данная система оценивания обеспечивает каждому ученику одинаковый доступ к основам физической культуры, создаёт условия для развития ситуации успешности, опираясь на широкие и гибкие методы и средства обучения для развития детей с разным уровнем двигательных и физических способностей.

Описание места учебного предмета в учебном плане.

Предмет «Физическая культура» входит в образовательную область «Физическая культура» Реализация осуществляется за счет часов обязательной части учебного плана в объеме 303 часов. Общий объем учебного времени по годам обучения составляет:

класс	количество учебных недель	количество часов в неделю	общее количество часов
1	33	3	99
2	34	2	68
3	34	2	68
4	34	2	68

Данная рабочая программа учебного предмета обеспечивает выполнение Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования по предмету «Физическая культура» в полном объёме.

Раздел «Подвижные игры» во вторых, третьих и четвертых классах переведен на внеурочную деятельность