

Комитет по образованию администрации
Ключевского района Алтайского края
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Северская средняя общеобразовательная школа»
Ключевского района Алтайского края

Рассмотрено:
на заседании
МО начальных классов
_____ Бондарева М.В.
Протокол № ____
от «__» _____ 2014г

Согласовано:
Заместитель
директора по УР
_____ Крылова Е.Г.
от «__» _____ 2014г

Утверждено:
Директор школы
_____ Бойко В.И.
Приказ № ____
от «__» _____ 2014г

Рабочая программа по физической культуре для 1 а класса
начального общего образования

Срок реализации программы: 2014-2015 уч.г.

Разработчик Рабочей программы: Меньшикова Ольга Витальевна –
учитель начальных классов

с. Северка, 2014г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Северская СОШ», с учетом авторской программы физическая культура предметная линия учебников В.И.Ляха 1-4 классы. 4 -е издание. М. «Просвещение» 2014г.

Место курса «Физическая культура» в учебном плане

Курс «Физическая культура» изучается в 1 классе из расчёта **3 ч** в неделю всего **99 часов**.

Предмет «Физическая культура» играет важную роль в формировании физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности. Разностороннюю физическую подготовленность.

Целью школьного физического воспитания является 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.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- 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;
- развитие координации и кондиционных способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие физических способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах, инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепления здоровья, навыков здорового и безопасного 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;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов в ходе двигательной деятельности.

Концепция, заложенная, в содержании учебного материала в полной мере отражает идеологические, методологические и методические основы ФГОС. Отбор содержания учебного материала осуществлён с ориентацией на формирование базовых ценностей, предусматривает разнообразные по форме и содержанию упражнений и

заданий, направленных на укрепление здоровья человека.

Изменения в авторскую программу не внесены

Формы, методы, технологии обучения

На занятиях физической культуры в первом классе для достижения поставленной цели используются различные формы проведения уроков: урок-путешествие, урок-соревнование, урок-праздник, урок-викторина, урок-сказка, эстафеты, спортивный марафон, спортивный калейдоскоп, игровая лаборатория, историческое путешествие.

Методы проведения занятий разнообразны: метод показа, метод сравнения, метод анализа.

Формы организации учебного процесса: индивидуальные, групповые, фронтальные, практикумы.

Эффективное использование здоровьесберегающих технологий, дифференцированного обучения позволяют вести преподавание на должном уровне.

Формы, методы и средства оценки образовательных результатов обучения

Обучающимся 1-х классов отметки в баллах не выставляются, вместо балльных отметок допустимо использовать только положительную и не различаемую по уровням фиксацию (Письмо Минобразования России от 25.09.2000г. № 2021/ 11-13 «Об организации обучения в 1 классе четырёхлетней начальной школы»).

Основным объектом оценки метапредметных результатов служит сформированность у обучающихся регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных учебных действий (далее - УУД).

Формы контроля: индивидуальные, групповые; персонифицированный и неперсонифицированный.

Методы контроля: наблюдение

Средства контроля: По мере прохождения учебного материала по физической культуре проводится текущий контроль освоения учебного материала и выполнения учебных нормативов по видам двигательной деятельности.

Физическая подготовленность проверяется при стартовом контроле и сдаче контрольных нормативов в конце учебного года по шести основным тестам: скоростным, скоростно-силовым, силовым, выносливости, координации, гибкости, силы.

Критерии оценивания

При оценке учащихся начальных классов учитель ориентируется на следующие нормативные документы, определяющие, регулирующие и регламентирующие его оценочную деятельность:

-Методическое письмо Минобразования России от 19.11.1998 № 1561/14-15 «Контроль и оценка результатов обучения в начальной школе»

-Письмо Минобразования России от 20.04.2001г. № 408/ 13-13 «Рекомендации по организации обучения первоклассников в адаптационный период».

Уровень физической подготовленности учащихся 7-10 лет (критерии оценки)

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение	Возраст, лет	Уровень					
				Мальчики			Девочки		
				Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, с	7	7,5 и	7,3-6,2	5,6 и	7,6 и	7,5-6,4	5,8 и
			8	7,1	7,0-6,0	5,4	7,3	7,2-6,2	5,6
			9	6,8	6,7-5,7	5,1	7,0	6,9-6,0	5,3
			10	6,6	6,5-5,6	5,0	6,6	6,5-5,6	5,2
2	Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	7	11,2 и	10,8-10,3	9,9 и	11,7 и	11,3-10,6	10,2 и
			8	10,4	10,0-9,5	9,1	11,2	10,7-10,1	9,7
			9	10,2	9,9-9,3	8,8	10,8	10,3-9,7	9,3
			10	9,9	9,5-9,0	8,6	10,4	10,0-9,5	9,1
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	7	100 и	115-135	155 и	90 и	110-130	150 и
			8	110	125-145	165	100	125-140	155
			9	120	130-150	175	110	135-150	160
			10	130	140-160	185	120	140-155	170
4	Выносливость	6-минутный бег, м	7	700 и	730-900	1100 и	500 и	600-800	900 и
			8	750	800-950	1150	550	650-850	950
			9	800	850-1000	1200	600	700-900	1000
			10	850	900-1050	1250	650	750-950	1050
5	Гибкость	Наклон вперед из положения	7	1 и	3-5	9 и более	2 и	6-9	11,5 и
			8	1	3-5	7,5	2	6-9	12,5
			9	1	3-5	7,5	2	6-9	13,0
			10	2	4-6	8,5	3	7-10	14,0
6	Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине	7	1	2-3	4 и выше			
			8	1	2-3	4			
			9	1	3-4	5			
			10	1	3-4	5			
		7				2 и ниже	4-8	12 и	
		8				3	6-10	14	
		9				3	7-11	16	
10				4	8-13	18			

Тематическое планирование

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Примечание
1	Основы знаний по физической культуре	В процессе урока	
2	Легкая атлетика	21	
3	Лыжная подготовка	21	
4	Гимнастика с элементами акробатики	18	
5	Подвижные игры	18	
6	Подвижные игры с элементами баскетбола, футбола, волейбола	14	
1	Легкая атлетика	7	
	Всего	99	

Учебно-тематический план

№	Темы раздела, урока.	Планируемые образовательные результаты изучения темы	Кол-во часов	Ведущие формы, методы, средства обучения на уроке
	1. Легкая атлетика	<p>Знать необходимые по курсу теоретические знания</p> <p>Уметь правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 60 м.</p> <p>Уметь правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 30, 60 м.</p> <p>Уметь правильно выполнять движение в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега.</p> <p>Уметь выполнять технику высокого старта.</p> <p>Уметь правильно приземляться Следить за положением старта.</p> <p>Уметь правильно выполнять движение в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега.</p> <p>Уметь правильно выполнять движение в метании различными</p>	14 ч	

		<p>способами; метать мяч в цель.</p> <p>Уметь пробегать в размеренном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу.</p> <p>Уметь пробегать в размеренном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу.</p> <p>Уметь выполнять прыжки с скакалкой в заданном ритме.</p> <p>Уметь пробегать в размеренном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу.</p> <p>Соблюдать правила правильного дыхания, самоконтроль самочувствия.</p>		
<p>1 четверть с 02.09. по 31.10.2014г. 9 недель</p>				
	1 неделя			
1	Инструктаж по ТБ. «Правила и нормы поведения на уроках легкой атлетики». ОРУ. Игра «Пустое место».		1ч	Урок изучения нового материала.
2	Ходьба с изменением частоты и длины шагов. Игра «Белые медведи».		1ч	Урок изучения нового материала.
3	Ходьба с перешагиванием через скамейки. Игра «Белые медведи», «Воробьи и вороны»		1ч	Урок изучения нового материала.
	2 неделя			
4	Ходьба с перешагиванием через		1ч	Урок изучения нового материала.

	скамейки. Игра «Белые медведи», « Воробьи и вороны»			
5	Бег с изменением направления движения в чередовании с ходьбой до 150м.		1ч	Урок изучения нового материала.
6	Бег с изменением направления движения в чередовании с ходьбой до 150м.		1ч	Урок изучения нового материала.
	3 неделя			
7	Чередование ходьбы и бега. Игры « Прыжки по полоскам», « Волк во рву».		1ч	Урок изучения нового материала.
8	Эстафеты с бегом на скорость.		1ч	Урок изучения нового материала.
9	Равномерный бег до 3 мин. Игра «Гуси-лебеди».		1ч	Урок изучения нового материала.
	4 неделя			
10	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.		1ч	Урок изучения нового материала.
11	Круговая эстафета (5-15м.)		1ч	Урок изучения нового материала.
12	Бег с ускорением от 10 до 15м.		1ч	Урок изучения нового материала.
	5 неделя			
13	Прыжки. Прыжки в длину с места.		1ч	Урок изучения нового материала.
14	Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания.		1ч	Урок изучения нового материала.
	2.Подвижные игры	Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно. Уметь играть в подвижные игры с бегом , прыжками,	18 ч	

		метанием Уметь применять в подвижных играх элементы баскетбола.		
15	Инструктаж по ТБ. Игра «К своим флажкам»		1ч	Урок изучения нового материала.
	6 неделя			
16	Игра «К своим флажкам», «Два мороза».		1ч	Урок изучения нового материала.
17	Игра «К своим флажкам», «Два мороза». «Пятнашки».		1ч	Урок изучения нового материала.
18	Игра «Прыгающие воробушки».		1ч	Урок изучения нового материала.
	7 неделя			
19	Игра «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».		1ч	Урок изучения нового материала.
20	Игра «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».		1ч	Урок изучения нового материала.
21	Игра «Кто дальше бросит».		1ч	Урок изучения нового материала.
	8 неделя			
22	Игра «Кто дальше бросит», «Точный расчет».		1ч	Урок изучения нового материала.
23	Игра «Кто дальше бросит», «Точный расчет», «Метко в цель».		1ч	Урок изучения нового материала.
24	Ловля и передача мяча в парах.		1ч	Урок изучения нового материала.
	9 неделя			
25	Ловля и передача мяча в парах в движении.		1ч	Урок изучения нового материала.
26	Ловля и передача мяча стоя на месте и в шаге.		1ч	Урок изучения нового материала.
27	Игра «Играй, играй мяч не теряй».		1ч	Урок изучения нового материала.
2 четверть с 10.11. по 26.12.2014г. 7 недель				

	10 неделя			
28	Игра «Мяч водящему».		1ч	Урок изучения нового материала.
29	Игра «У кого меньше мячей».		1ч	Урок изучения нового материала.
30	Игра «Школа мячей».		1ч	Урок изучения нового материала.
	11 неделя			
31	Игра «Мяч в корзину».		1ч	Урок изучения нового материала.
32	Игра «Попади в обруч».		1ч	Урок изучения нового материала.
	3 Гимнастика с элементами акробатики	<p>Применять на практике основы знаний по физической культуре.</p> <p>Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.</p> <p>Умение выполнять организующие команды.</p> <p>Уметь выполнять строевые команды. Группировка.</p> <p>Уметь выполнять лазание по канату,</p> <p>Уметь выполнять кувырки в группировке. Выполнять мост из положения лежа соблюдая Тб.</p> <p>Знать название танцевальных шагов уметь применять их.</p> <p>Уметь выполнять акробатические элементы слитно и</p>	18 ч	

		<p>раздельно.</p> <p>Уметь осваивать технику танцевальных упражнений, предупреждая ошибки.</p> <p>Уметь четко выполнять перестроения.</p> <p>Уметь точно выполнять строевые команды.</p> <p>Уметь выполнять висы из различных и.п.</p> <p>Уметь выполнять, висы, подтягивание в висе.</p> <p>Уметь выполнять висы и упоры в комбинации.</p> <p>Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.</p> <p>Уметь составлять комбинации из разученных упражнений и выполнять их.</p>		
33	« Правила и последовательность выполнения простейших комплексов для развития физических качеств» Инструктаж по ТБ. Строевые упражнения.		1ч	Урок изучения нового материала.
	12 неделя			
34	Строевые упражнения. Организующие команды. Отжимания.		1ч	Урок изучения нового материала.
35	Строевые упражнения. Команды «На первый		1ч	Урок изучения нового материала.

	второй рассчитайсь». Кувырок вперед. Игра « Кошкин дом», « Совушки»			
36	ОРУ с большими мячами. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках.		1ч	Урок изучения нового материала.
	13 неделя			
37	Строевые упражнения, организующие команды. ОРУ с гимнастической палкой. Мост из положения лежа на спине.		1ч	Урок изучения нового материала.
38	Строевые упражнения. 2-3 кувырка вперед. Мост из положения лежа.		1ч	Урок изучения нового материала.
39	Акробатическая комбинация. Перестроения в две шеренги. Перестроение из 2 шеренг в круг.		1ч	Урок изучения нового материала.
	14 неделя			
40	Перестроения. Акробатическая комбинация.		1ч	Урок изучения нового материала.
41	ОРУ с обручем. Игра «Вызов номеров», « Ласточки».		1ч	Урок изучения нового материала.
42	Акробатическая комбинация. Развитие силовых способностей.		1ч	Урок изучения нового материала.
	15 неделя			
43	Упоры. Развитие силовых способностей.		1ч	Урок изучения нового материала.
44	ОРУ со скакалкой. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке.		1ч	Урок изучения нового материала.

45	Комбинация из упоров. Строевые упражнения.		1ч	Урок изучения нового материала.
16 неделя				
46	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Игра «Посадка картофеля».		1ч	Урок изучения нового материала.
47	Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Игра «Посадка картофеля». « Два медведя».		1ч	Урок изучения нового материала.
48	ОРУ. Перелезание через гимнастического коня.		1ч	Урок изучения нового материала.
3 четверть с 12.01. по 11.02. с 19.02. по 20.03. 2015г. 9 недель				
17 неделя				
49	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Упражнения в равновесии.		1ч	Урок изучения нового материала.
50	Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Эстафеты и игры.		1ч	Урок изучения нового материала.
	Подвижные игры с элементами спортивных игр	Уметь играть подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Уметь играть подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Уметь играть	3ч	

		подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.		
51	ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей по средствам подвижных игр: «Пустое место», «Белые медведи».		1ч	Урок изучения нового материала.
	18 неделя			
52	ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей по средствам различных эстафет.		1ч	Урок изучения нового материала.
53	ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей по средствам подвижных игр: «Пустое место», «Белые медведи».		1ч	Урок изучения нового материала.
	5 Лыжная подготовка.	<p>Знать правила безопасного поведения во время проведения уроков лыжной подготовки и уметь применять их на практике.</p> <p>Уметь выполнять технику скользящего шага.</p> <p>Уметь правильно выполнять скользящий шаг.</p> <p>Уметь описывать технику скользящего шага.</p> <p>Уметь выполнять технику попеременного 2х шажного хода.</p> <p>Уметь взаимодействовать со</p>	21 ч	

		<p>сверстниками.</p> <p>Соблюдать правила безопасности при спусках, торможениях.</p> <p>Демонстрировать технику спусков высокой и низкой стойке.</p> <p>Уметь выполнять торможение плугом и упором.</p> <p>Выполнять упражнения лыжной подготовки для развития основных физических качеств и использовать их в самостоятельных домашних заданиях.</p>		
54	Инструктаж по ТБ. Основные требования к одежде, обуви во время занятий лыжами. Строевые упражнения с лыжами.		1ч	Урок изучения нового материала.
	19 неделя			
55	Скользкий шаг без палок. Игра « Кто быстрее»		1ч	Урок изучения нового материала.
56	Урок - соревнование. Дистанция -500м.		1ч	Урок - соревнование.
57	Скользкий шаг с палками.		1ч	Урок изучения нового материала.
	20 неделя			
58	Повороты и перестроения.		1ч	Урок изучения нового материала.
59	Урок - игра. Прохождение отрезков -200м.		1ч	Урок - игра.
60	Эстафета с передачей палок. Игра «Гонки с выбыванием».		1ч	Эстафета

	21 неделя			
61	Прохождение дистанции-500м. Развитие выносливости.		1ч	Урок изучения нового материала.
62	Скользкий шаг прохождение отрезков по 200м.- соревнование		1ч	Урок изучения нового материала.
63	Спуски в высокой и низкой стойке. Игра «Вызов номеров». Развитие координационных способностей.		1ч	Урок изучения нового материала.
	22 неделя			
64	Подъём «лесенкой». Спуски и подъемы. Дистанция 600м.		1ч	Урок изучения нового материала.
65	Спуски. Игра «Пройди в ворота».		1ч	Урок изучения нового материала.
66	Повороты переступанием. Прохождение дистанции-1000м. Развитие выносливости.		1ч	Урок изучения нового материала.
	23 неделя			
67	Подводящие упражнения для освоения техники скользящего шага.		1ч	Урок изучения нового материала.
68	Спуски в различных стойках. Игра «Кто быстрее поднимется в гору».		1ч	Урок изучения нового материала.
69	Эстафета 2*100м. Развитие быстроты.		1ч	Эстафета
	24 неделя			
70	Строевые упражнения: повороты, перестроения. Передвижение в режиме умеренной интенсивности-500м.		1ч	Урок изучения нового материала.
71	Строевые		1ч	Урок изучения

	упражнения: повороты, перестроения. Передвижение в режиме умеренной интенсивности-500м.			нового материала.
72	Спуски с пологих склонов. Торможения.		1ч	Урок изучения нового материала.
	25 неделя			
73	Прохождение дистанции-1000м.		1ч	Урок изучения нового материала.
74	Игры и эстафеты 3*80, 2*100м.		1ч	Урок изучения нового материала.
	Подвижные игры с элементами спортивных игр	Рассказывать об истории возникновения и развитии спортивных игр. Уметь излагать общие правила игры. Выполнять специальные передвижения в условиях игровой и соревновательной деятельности. Уметь передавать мяч партнеру и принимать его целенаправленно.	11 ч	
75	Ведение на месте правой и левой рукой. ОРУ. Игра «Передал — садись».		1ч	Урок изучения нового материала.
4 четверть с 30.03. по 22.05.2015г. 8 недель				
	26 неделя			
76	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит). ОРУ. Игра «Передал — садись».		1ч	Урок изучения нового материала.
77	Ловля и передача мяча. ОРУ. Игра		1ч	Урок изучения нового материала.

	«Гонка мячей по кругу».			
78	Ведение на месте правой и левой рукой. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу».		1ч	Урок изучения нового материала.
	27 неделя			
79	Ловля и передача мяча. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди.		1ч	Урок изучения нового материала.
80	Подвижные игры с элементами баскетбола. Игра «Гонка мячей по кругу».		1ч	Урок изучения нового материала.
81	Инструктаж по ТБ. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема. Удар ногой с разбега, по неподвижному и катящемуся мячу. Игра «Точно в цель».		1ч	Урок изучения нового материала.
	28 неделя			
82	Удар ногой по катящемуся мячу в горизонтальную полосу. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Игра «Прокати быстрее мяч».		1ч	Урок изучения нового материала.
83	Подвижные игры на материале волейбола. Подбрасывание мяча на заданную высоту. Игра «Играй, а мяч не теряй».		1ч	Урок изучения нового материала.
84	Передача мяча двумя руками сверху. Подвижные эстафеты		1ч	Урок изучения нового материала.

	с мячом.			
	29 неделя			
85	Прием мяча снизу. «Гонка мячей по кругу». Встречная эстафета.		1ч	Урок изучения нового материала.
	Легкая атлетика	Уметь правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 60 м. Уметь правильно выполнять движение в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега. Уметь правильно выполнять движение в метании различными способами; метать мяч в цель.	14 ч	
86	Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров».		1ч	Урок изучения нового материала.
87	Бег с ускорением от 10 до 15м.		1ч	Урок изучения нового материала.
	30 неделя			
88	Прыжки. Прыжки в длину с места.		1ч	Урок изучения нового материала.
89	Эстафеты с прыжками.		1ч	Урок изучения нового материала.
90	Эстафеты с прыжками.		1ч	Эстафеты
	31 неделя			
91	Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания.		1ч	Урок изучения нового материала.
92	Метание малого мяча с места на дальность, на заданное расстояние в горизонтальную и вертикальную цель (2х2м) с расстояния 3-		1ч	Урок изучения нового материала.

	4м.			
93	Метание малого мяча с места на дальность, заданное расстояние. Метание в цель с 4-5м. Игра «Зайцы в огороде».		1ч	Урок изучения нового материала.
	32 неделя			
94	Метание малого мяча с места на дальность, заданное расстояние. Игра «Зайцы в огороде».		1ч	Урок изучения нового материала.
95	Метание малого мяча с места на дальность, заданное расстояние. Игра «Зайцы в огороде».		1ч	Урок изучения нового материала.
96	Челночный бег3*10.Прыжки в длину с места. Развитие координационных способностей.		1ч	Урок изучения нового материала.
	33 неделя			
97	Челночный бег3*10.Прыжки в длину с места. Развитие координационных способностей.		1ч	Урок изучения нового материала.
98	Метание мяча на дальность. Бег-1000м. Развитие выносливости.		1ч	Урок изучения нового материала.
99	Урок – соревнование « Мы спортивные ребята»		1ч	Урок – соревнование
		Всего	99ч	

Результаты изучения курса

В соответствии с требованиями к результатам освоения образовательной программы начального общего образования ФГОС данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Предметные:

Будут сформированы:

- первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное);

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д);

- навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

Получат возможность для формирования:

- получают представление о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

- навык систематического мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Личностные:

Будут сформированы:

- чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России;

- уважительное отношение к культуре других народов;

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения;

- развитие этнических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

Получат возможность для формирования:

- осознание своей этнической и национальной принадлежности;

- принятие и освоение социальной роли обучающегося;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

Регулятивные.

Будут сформированы:

- способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

- умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- определять наиболее эффективные способы достижения результата.

Получат возможность для формирования:

- организация самостоятельной деятельности с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе её выполнения;

- определять общую цель и пути её достижения

Познавательные.

Будут сформированы:

- использовать общие приемы решения поставленных задач;
- овладеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием предмета.

Получат возможность для формирования:

- обнаруживать ошибки при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

Коммуникативные.

Будут сформированы:

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- используют речь для регуляции своего действия.
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

Получат возможность для формирования:

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

1. «Рабочая программа физическая культура 1-4классы», В.И.Лях; М.: «Просвещение», 2014г
2. Учебник В. И. Лях. Физическая культура. 1 —4 классы.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

1. Спортивный инвентарь: стенка гимнастическая; скамейка гимнастическая жёсткая; коврик гимнастический; маты гимнастические; мяч набивной; мяч малый, скакалка гимнастическая, палка гимнастическая, обруч гимнастический, секундомер; планка для прыжков в высоту; флажки разметочные на опоре; дорожка разметочная для прыжков в длину с места; мяч волейбольный, мяч футбольный, спортивный конструктор для начальной школы.
2. Персональный компьютер.

Лист изменений и дополнений.

№ п/п	Дата	Характеристика изменения	Реквизиты документа, которым закреплено изменение	Подпись сотрудника, внесшего изменения