**Аннотация к рабочей программе по Физической культуре для 1-4 класса**

Составитель:

Малеев Петр Алексеевич

учитель физической культуры

**Пояснительная записка.**

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» для 1-4 классов разработана на основании Закона РФ «Об образовании» (ст.7, ст. 9 п.6. ст. 14 п. 5, ст. 28 п. 19, ст. 32 п. 2, п. 7), Федерального Государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009г. №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного стандарта начального общего образования» с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 года № 1643), с учетом примерной программы по физической культуре, авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2015. – Р13 64с.

В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная активность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Занятия физической культурой способствуют созданию максимально благоприятных условий для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка и его самоопределения.

**Целью программы** - формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

**Задачи:**

- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

- овладение школой движений;

- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирование на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве)

 - формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- 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**

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека 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 проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

**Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане**

В соответствии с учебным планом МБОУ «СШ №30» на изучение курса «Физическая культура» в 1 классе отводится 3 часа в неделю, 99 часа в год (33 учебные недели). В 2-4 классе отводится 3 часа в неделю, 102 часа в год (34 учебные недели).

**Структура и содержание учебного предмета «Физическая культура»**

Структура и содержание учебного предмета задаются в программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов:

Содержание раздела *«Знания о физической культуре»* отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: что такое координация движений, как возникли физическая культура и спорт. Ученики получат первоначальные сведения об олимпийских играх – когда появились, кто воссоздал, символы и традиции; что такое физическая культура, что такое темп и ритм и как они влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена, что такое гимнастика, что такое осанка и т.д..

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.

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала, программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта. В отсутствие возможностей для освоения обучающимися школы содержания раздела «Плавание», этот раздел заменен на спортивную игру гандбол и легкоатлетическими и общеразвивающими упражнениями. Ученики научатся играть в подвижные игры: «Салки», «Ловишка», «Точно в цель», «Береги предмет», «Два мороза», «Удочка», «Хвостики», «Собачки», «С любой точки», «Догоняй по кругу», «Эстафета с элементами баскетбола», «Мяч в кругах», «Мяч ловцу», «Мяч среднему», «День и ночь», «Охотники и зайцы», «Гуси-лебеди» и прочие.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

В результате освоения предметного содержания дисциплины «Физическая культура» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

В программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- Закон РФ «Об образовании»;

- ФЗ о «О физической культуре и спорте»;

- концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

- требованиях к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;

- примерной программе начального общего образования.

**Программа обучения физической культуре направлена на:**

1. реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

2. соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

3. усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

**К формам организации** занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

1. **Уроки физической культуры** подразделены на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжных гонок и плавания. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

2. **Физкультурно-оздоровительные мероприятия** включают в себя проведение спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

3. **Самостоятельные занятия** физическими упражнениями заключаются в проведении утренней зарядки и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре.

Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Содержание учебного предмета «Физическая культура» в процессе освоения курса направлено на формирование у учащихся начальной школы общих и специфических учебных умений, способов познавательной и предметной деятельности, укрепление здоровья.

В соответствии с требованиями, обозначенными в ФГОС начального общего образования у выпускников будут сформированы **личностные, метапредметные и предметные** универсальные учебные действия как основа умения учиться.

**Личностные** результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) положительное отношение к занятиям физкультурой, интерес к отдельным видам спортивно-оздоровительной деятельности

3) интерес к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

6) способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физкультурной деятельности посредством определения уровня развития физических качеств

7) уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные упражнения и подвижные игры

8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

11) знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение в игровых видах спортивной деятельности;

12) первоначальные представления о строении и движениях человеческого тела;

13) представление об оздоровительном воздействии физических упражнений как факторе, позитивно влияющим на здоровье.

14) понимание значения физической культуры в жизни человека;

15) первоначальную ориентацию на оценку результатов собственной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;

16) представления о рациональной организации режима дня, самостоятельных физкультурных занятий;

17) представления об организации мест занятий физическими упражнениями и использовании приемов самостраховки;

18) устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в игровой и соревновательной деятельности;

19) осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровье сберегающего поведения;

20) осознанное понимание чувств других людей и сопереживания им, выражающееся в оказании помощи и страховки при выполнении упражнений.

**Метапредметные результаты** освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать: учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

Регулятивные универсальные учебные действия

- осуществление контроля за техникой выполнения упражнений физкультурно-оздоровительной деятельности;

- оценку правильности выполнения движений и упражнений спортивно-оздоровительной деятельности на уровне оценки соответствия их техническим требованиям и правилам безопасности;

- внесение необходимых коррективов в действие, учитывая характер сделанных ошибок;

Познавательные универсальные учебные действия предполагают воспитание у обучающихся следующих умений:

- осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;

- строить сообщения в устной и письменной форме, используя правила записи и терминологию общеразвивающих упражнений;

- ориентироваться в разнообразии подготовительных упражнений для разных видов физкультурно-оздоровительной деятельности;

- составлять комплексы разминки или утренней зарядки, подбирая необходимые общеразвивающие упражнения;

- вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве в качестве помощника учителя при организации коллективных действий;

- осуществлять контроль физического развития, использую тесты для определения уровня развития физических качеств;

- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме используя терминологию, правила записи и названия общеразвивающих упражнений;

- осуществлять выбор наиболее эффективных способов подбора упражнений в зависимости от конкретных условий;

- произвольно и осознанно владеть общими приёмами для решения задач в процессе подвижных игр;

- анализировать технику игры или выполнения упражнений, строя логичные рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей;

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью.

Коммуникативные универсальные учебные действия включают воспитание следующих умений:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;

- использовать речь для регуляции своего действия, и действий партнера;

- разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой и спортивной деятельности, уважая соперника;

- контролировать свои действия в коллективной работе;

- следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности;

- задавать вопросы для уточнения техники упражнений или правил игры.

- аргументировать свою позицию и согласовывать её с позициями партнёров по команде при выработке общей тактики игры;

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и выполнения упражнений с партнёром;

- осуществлять взаимный контроль и взаимопомощь при выполнении групповых или парных упражнений, а также осуществлять страховку при выполнении акробатических элементов;

- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

**Предметные результаты:**

Предметные результаты включают освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, а также систему основополагающих элементов научного знания, лежащих в основе современной научной картины мира.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

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

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Предметными результатами освоения, обучающимися содержания программы по физической культуре, являются следующие умения:

- 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;

- 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;

- выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

- 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;

- расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

*-* соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями;

- характеризовать роль и значение утренней зарядки, уроков физической культуры, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;

- характеризовать основные физические качества и различать их между собой.

**Список использованных источников:**

1. Матвеев А.П. Физическая культура. 1 класс : учеб. для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. – 6-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 112 с. : ил. – ISBN 978-5-09-037885-7.
2. Матвеев А.П. Физическая культура. 2 класс : учеб. для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. – 6-е изд. – М. : Просвещение, 2017. – 128 с. : ил. – (Перспектива). – ISBN 978-5-09-046930-2.
3. Матвеев А.П. Физическая культура. 3-4 классы : учеб. для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. – 6-е изд. – М. : Просвещение, 2017. – 160 с. : ил. – (Перспектива). – ISBN 978-5-09-046241-4.
4. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре 1 класс. – М.: ВАКО, 2016. – 256 с. – (В помощь школьному учителю.
5. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре 2 класс. – М.: ВАКО, 2015. – 272 с. – (В помощь школьному учителю).
6. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре 3 класс. – М.: ВАКО, 2016. – 256 с. – (В помощь школьному учителю).
7. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре 4 класс. – М.: ВАКО, 2015. – 240 с. – (В помощь школьному учителю).
8. Рабочая программа по физической культуре. 1 класс / Сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2015. – 64 с. – (Рабочие программы).
9. Рабочая программа по физической культуре. 2 класс / Сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2015. – 64 с. – (Рабочие программы).
10. Рабочая программа по физической культуре. 3 класс / Сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2015. – 48 с. – (Рабочие программы).
11. Рабочая программа по физической культуре. 4 класс / Сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2015. – 56 с. – (Рабочие программы).
12. Фёдорова Н.А. Физическая культура: подвижные игры: 1-4 классы. ФГОС / Н.А. Фёдорова. – М. : Издательство «Экзамен», 2016. – 46, [2] c. (Серия «Учебно-методический комплект»).

Составитель:

Малеев Петр Алексеевич

учитель Физической культуры