

## Аннотация

### основной образовательной программы начального общего образования по предмету физическая культура в 1 – 4 классах.

Основная образовательная программа начального общего образования **МОУ СШ № 48** представляет собой документ, который определяет содержание образования и особенности учебно-воспитательного процесса в начальной школе.

Программа по предмету Физическая культура для 1-4 классов разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №373 от 6 октября 2009 года «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования»), примерной программы по физической культуре Федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования и авторской программы «Физическая культура 1-4 классы» *В.И. Ляха* (М, «Просвещение», 2013 год).

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ на изучение физической культуры в начальной школе выделяется 270 ч, из них в 1 классе 66 учебных часов (2ч в неделю, 33 учебные недели), по 68 час во 2 - 4 классах (2 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе), а так же согласно приказу Минобрнауки от 30 августа 2010 г №889 на изучение предмета на ступени **общего начального образования**, выделяется еще 1 ч в неделю, который идёт на расширение ФГОС. Таким образом на изучение предмета физическая культура в 1 классе 99 часов, 2 – 4 классах по 102 часа.

**Структура курса:** программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент). Раздел «**Плавание**» из - за отсутствия реальных возможностей для освоения школьниками содержания, заменяется легкоатлетическими и общеразвивающими упражнениями.

Особенности организации образовательного процесса: программа сформирована с учётом особенностей первого уровня общего образования как фундамента всего последующего обучения.

К числу планируемых результатов освоения программы отнесены:

- личностные результаты: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- метапредметные результаты, освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты, освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Программа построена на основе принципов:

- принцип целостности образования, основанный на представлении об единстве процессов развития, обучения и воспитания. Он реализуется в процессе создания сбалансированного образовательного пространства и позволяет обеспечить адекватность предполагает создание целостной образовательной системы, органически объединяющей все три уровня среднего общего образования и предусматривающей установление преемственности школы и вузов.

- принцип непрерывности и преемственности образования, образование рассматривается как постоянный процесс на протяжении всей жизни с опорой на предыдущий опыт и ориентацией на прогнозируемый результат;

- принцип интеграции предполагает взаимосвязь всех компонентов процесса обучения, всех элементов системы, связь между системами, он является ведущим при разработке целеполагания, определения содержания обучения, его форм и методов;

- принцип дифференциации и индивидуализации направлен на создание условий для полного проявления и развития способностей каждого школьника;

- принцип осознанного выбора предполагает, что участники образовательного процесса обладают субъективными полномочиями в выборе цели, содержания, форм и способов образования, участия жизнедеятельности школы и местного сообщества.

#### **Выпускник научится:**

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

#### **Выпускник получит возможность научиться:**

- вести тетрадь (дневник) по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

#### **Выпускник научится:**

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

- оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина и брусья, напольное гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять передвижения на лыжах.