

КОПИЯ
ВЕРНА

Веркина
В. В. Курочкина

ГБОУ СОШ №5
г.о. Октябрьск
для документов

Аннотация к рабочей программе дисциплины «Физическая культура.1-4 класс»

1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Примерной образовательной программы, Комплексной программы физического воспитания учащихся и ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

- 1.Лях, В. И. Физическая культура. 1-4 классы : учеб. для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2012.
- 2.Лях, В. И. Физическая культура. 1-4 классы. Рабочие программы / В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2012.

2. Цель изучения дисциплины

Предметом обучения физической культуры в начальной школе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Выполнение данной цели связано с решением следующих образовательных задач:

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека; укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому развитию;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;
- приобретение в области физической культуры знаний и умений, направленных на укрепление здоровья;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультурминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

3. Структура дисциплины

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

Содержание раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям 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 физкультурной

деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся. Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

4. Основные образовательные технологии

Здоровье сберегающие технологии

Игровая технология

Соревновательная технология

Информационно-коммуникативные технологии

Технология дифференцированного обучения

5. Требования к результатам освоения дисциплины

Обучающиеся должны

• знать:

-о взаимосвязи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

-о режиме дня и личной гигиене;

-о правилах составления комплексов утренней зарядки;

-о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;

-о физической нагрузке и способах ее регулирования;

-о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;

• уметь:

-выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

-выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

-играть в подвижные игры;

-демонстрировать уровень физической подготовленности;

-вести дневник самонаблюдения;

-выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;

-подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;

-выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;

-выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

-оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях.

6. Конечный результат

Тестирование