

Аннотация к рабочей программе

Вариант 2.2

Предмет: Физическая культура

Цели:

укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.

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

содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.

Задачи:

укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;

обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;

развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Количество часов в год/ в неделю:

Год обучения	Количество часов в год	Количество часов в неделю
1	99	3
2	102	3
3	102	3
4	102	3
5	102	3

УМК:

В. И. Лях , «Мой друг - физкультура» (1-4класс). В. И. Лях, А. А. Зданевич под редакцией С. Виленского.

В.Н. Шаулин, «Я сам» Введение в физическую культуру (2 – 4 класс) под редакцией В.Н. Шаулина.

Планируемые результаты:

Личностные результаты

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениям, избранными видами спорта в свободное время.

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

красивая и правильная осанка, умение ее длительно сохранять при разных формах движений и передвижений;

оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;

формировать уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

формировать установку на безопасный, здоровый образ жизни.

содействовать гармоническому физическому развитию, закреплять навыки правильной осанки, развивать устойчивость организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитывать ценностные ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

вырабатывать представления о физической культуре личности и приемах самоконтроля;

формировать представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдать правила техники безопасности во время занятий;

воспитывать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

Метапредметные результаты

владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

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 инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;

умение оказывать помощь товарищу при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;

выполнение действий с мячом: броски в цель и умение ловить мячи разного размера;

ходьба по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре, с поднятыми руками;

умение стоять друг за другом, строиться шеренгой, стоять взявшись за руки;

по сигналу прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки в паре на двух ногах;

ползание, подползание, переползание через препятствие;

выполнение разминочных упражнений (перед бассейном, или перед соляной комнатой, или перед спартакиадой и т.д.);

умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, утяжелителями (например, мешочки с песком не более 500 г), кеглями, кольцами и пр.).

Обучающиеся должны уметь:

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизни человека;

использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;

соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

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 показателям частоты пульса;

выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.