**Аннотация к программе по физической культуре 1-4 классы 2020-2021 уч.год**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно-методические материалы | * Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», с изменениями от 31.12.2015 г. приказ № 1576; * Примерной основной образовательной программы начального общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол заседания от 8 апреля 2015 г. №1/15). * Программа «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха 1-4 классы». Автор -В.И. Лях. (М, «Просвещение», 2019 год). |
| Реализуемый УМК | Учебник ***«****Физическая культура* 1-4 классы»: учебник для общеобразовательных организаций В.И.Лях.-М.: Просвещение, 2019г. |
| Цели и задачи изучения предмета | **Целью** программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.  Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач:**   * укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма; * совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям техническим действиям из базовых видов спорта; * формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, 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, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности. |
| Место учебного предмета в учебном плане  Срок реализации | Учебный предмет физическая культура входит в предметную область «Физическая культура», изучение его рассчитано в объеме 3 часа в неделю, 34 учебных недели в каждой параллели (кроме 1-х классов) и составляет 405 часов в год. 1 кл.- 99ч часов -33 учебных недели, 2 кл-102ч , 3кл-102ч , 4кл-102ч.  4 года |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)  Используемые технологии.  Формы контроля | **Личностные, метапредметные и предметные результаты**  **освоения учебного предмета.**  Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. 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».  Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по физической культуре являются:  — умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;  — умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;  — умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.  **1.Личностные результаты:**  • активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на прин­ципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;  • проявление положительных качеств личности и управление своими эмоция­ми в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;  • проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;  • оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними об­щего языка и общих интересов.  **2.Метапредметные результаты:**  • характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;  • обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;  • общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;  • обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;  • организация самостоятельной деятельности с учётом требовании её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;  • планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и органи­зация отдыха в процессе её выполнения;  • анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск воз­можностей и способов их улучшения;  • видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических призна­ков в движениях и передвижениях человека;  • оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образ­цами;  • управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладно­кровие, сдержанность, рассудительность;  • технически правильное выполнение двигательных действий из базовых ви­дов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.  **3.Предметные результаты:**  • планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использование средств физической культуры;  • изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и воен­ной деятельностью;  • представление физической культуры как средства укрепления здоровья, фи­зического развития и физической подготовки человека;  • измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;  • оказание посильной помощи и моральной поддержкам сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;  • организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов со­ревнований, осуществление их объективного судейства;  • бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требова­ний техники безопасности к местам проведения;  • организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;  • характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регу­лирование её напряжённости во время занятий по развитию физических ка­честв;  • взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;  • объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;  • подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;  • нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;  • выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком тех­ничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;  • выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;  • выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.    **7. Планируемые результаты изучения учебного курса.**  **Знания о физической культуре**  ***Учащийся научится:***   * рассматривать физическую культуру как часть общей культуры, определять формы физической культуры и базовые понятия * понимать и характеризовать основы ЗОЖ и методы организации активного отдыха * характеризовать физические качества в процессе совместных занятий с учителем * определять базовые понятия и термины физической культуры * рационально планировать свой режим дня * руководствоваться правилами мер безопасности при занятиях на спортивной площадке и спортивном зале   ***Учащийся получит возможность научиться:***   * характеризовать олимпийские традиции и нормы, объяснять смысл олимпийской символики * определять признаки утомления и переутомления при занятиях физической культурой * правилам измерения результатов в метаниях, прыжках и беге   **Способы двигательной (физкультурной) деятельности**  ***Учащийся научится:***   * использовать занятия физической культурой для укрепления собственного здоровья и организации досуга посредством физических упражнений * составлять простейшие комплексы физических упражнений для разминки перед занятиями * определять свой пульс путем прижатия артерии, для коррекции перегрузок на занятиях физическими упражнениями * самостоятельно выполнять разминку перед занятиями физическими упражнениями * контролировать свое самочувствие во время нагрузок физическими упражнениями * взаимодействовать со сверстниками в условиях выполнения заданий, игр и соревнований   ***Учащийся получит возможность научиться:***   * вести дневник наблюдений за своим физическим состоянием и самочувствием и правильно его оформлять * измерять и характеризовать свои антропологические показатели * проводить занятия физической культурой с использованием навыков и мер безопасности оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов * проводить простейшие восстановительные мероприятия по калорийности питания, водного баланса и витаминизации   **Физическое совершенствование**  ***Учащийся научится:***   * выполнять комплексы упражнений на осанку и на гимнастических снарядах * выполнять ОРУ упражнения для легкой атлетики, лыжной подготовки, гимнастики и акробатики, спортивным играм, плавания * выполнять простейшие акробатические связки и комбинации из числа хорошо освоенных упражнений * выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений; * выполнять специальные легкоатлетические упражнения для бега, метаний и прыжков * выполнять передвижения на лыжах скользящим шагом, классическими ходами и демонстрировать основы техники в процессе прохождения различных дистанций * выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона * выполнять простейшие технические действия и приемы игры в футбол, баскетбол, волейбол и гандбол в условиях учебной и игровой деятельности * выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.   ***Учащийся получит возможность научиться:***   * выполнять простейшие упражнения и комплексы для коррекции осанки * преодолевать гимнастические и легкоатлетические препятствия в спортивном зале и на спортивной площадке * выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.   Технология группового обучения  Здоровьесберегающие технологии  Информационно – комуникационные технологии  Зачет (практическое выполнение элементов техники упражнений в каждом из разделов программы, тестов по физической подготовленности).  Собеседование по теоретическим вопросам.  Информационные презентации по уважительной причине (освобождение по болезни) |