

Предмет – физическая культура

Уровень – 1-4 класс

Нормативно-методические материалы	Основу для разработки рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» составляют следующие документы: 1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" 2. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», от 03 марта 2011 года. 3. Федеральный базисный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ. 4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 5. Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях. 6. Примерные программы по учебным предметам, 7. Авторская программа «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-4 классов», В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение, 2010) 8. Основная образовательная программа МКОУ «Задоринская основная общеобразовательная школа». Образовательная система «Школа 2100»
Реализуемый УМК	1. О.С.Макарова «Игра, Спорт Диалог в физической культуре» (Москва, Школьная Пресса, 2002) 2. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008) 3. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (М.: ВАКО, 2009) 4. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (М.: Просвещение, 1989) 5. Коркин В.П. Акробатика для спортсменов. М.: Физкультура и спорт 1974. 6. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (- М.: МГИУ, 2008) 7. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (М.: Издательство «Глобус», 2009) 8. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие» (СПб.: Детство-пресс, 2001) Брыкин А. Т. Гимнастическая терминология. – М.: Физкультура и спорт, 1969 9. Былеева Л.В. и др. Подвижные игры. Практический

	материал. - М.: ТВТ «Дивизион», 2005. 10. Физкультура И.И. Должиков, Москва 2004 год; 11. Развитие физических способностей детей И.М. Бутин, А.Д. Викулов, Москва 2002 год; 12. В помощь школьному учителю В.И. Ковалько, Москва 2005 год; 13. Методика преподавания физической культуры, Л.Д. Глазырина, Т.А. Лопатик, Москва 2004 год. 14. Вестник образования. Тематическое приложение. - № 2. - 2005. 15. Погадаев Г.И., Артеменко О.И., Цехмистренко Т.А. Использование народных игр на уроках физической культуры при трехчасовой учебной нагрузке. - М., 2003. 16. Таран А.А. Шире использовать русские народные игры. Физическая культура в школе. - № 5, № 6. - 2001; № 3, № 4. - 2002.
Цели и задачи изучаемого предмета	Целью учебной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Задачи: – 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 и техническим действиям из базовых видов спорта; – формирование общих представлений о физической культуре, её 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.
Срок реализации программы	4 года
Место учебного предмета в учебном плане	1 класс- 99 часов (3 часа в неделю); 2 класс – 102 часа (3 часа в неделю) 3 класс – 102 часа (3 часа в неделю) 4 класс – 102 часа (3 часа в неделю)
Результаты освоения учебного предмета	По окончании начальной школы учащиеся 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 ее 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 занятий 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; – выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне; – 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 условиях.
--	--