

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» адресована учащимся 1-4 классов

#### Общая характеристика

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Важнейшим требованием современного урока является обеспечение дифференцированного и индивидуального подходов к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Программа направлена на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Программа разработана с учётом особенностей первой ступени общего образования как фундамента всего последующего обучения.

В соответствии с приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 года № 889 и «Соглашением о взаимодействии Министерства образования и науки РФ с общероссийской спортивной организацией «Национальная федерация фитнеса» в объем недельной нагрузки 1-4 классов МОУ «ГИЯ» введен 3 час физической культуры с оздоровительной направленностью (ритмика), который направлен на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение инновационных методик и технологий физического воспитания.

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

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями 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 двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

Отличительной особенностью данной программы является включение в изучение раздела «Физическое совершенствование» плавания в большем объеме, чем остальные составляющие раздела. Это связано с особенностями учебно-спортивной базы гимназии.

#### Основные цели и задачи реализации содержания

Цель изучения физической культуры: формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

- *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, ее 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.

Учебный предмет реализуется с помощью современных образовательных технологий, которые обеспечивают достижение планируемых результатов на уровне НОО:

- технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса (технологии групповой деятельности, технологии уровневой дифференциации);
- технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (игровые технологии, проблемное обучение, интерактивные технологии: РКМЧП);
- исследовательские технологии;
- проектные технологии;
- ИКТ.

#### Место учебного предмета в учебном плане.

Предмет «Физическая культура» входит в образовательную область «Физическая культура» Реализация осуществляется за счет часов обязательной части учебного плана в объеме 405 часов. Общий объем учебного времени по годам обучения составляет:

класс	количество учебных недель	количество часов в неделю	общее количество часов в год
1	33	3	99
2	34	3	102
3	34	3	102
4	34	3	102