

# **Программное обеспечение образовательной области физическая культура (для четырёхлетней начальной школы в условиях ФГОС)**



Автор – составитель: Л.В.Фадеева  
учитель физической культуры  
высшей кв. категории  
МОУ «Новопестеревская основная общеобразовательная школа»  
Гурьевский муниципальный район

# Программно-методическое обеспечение:

- Закон РФ «Об образовании»;
- ФГОС второго поколения
- Образовательная программа начального общего образования
- Программа по физической культуре
- «Школа 2100» (Б.Б.Егоров, Ю.Е. Пересакина);
- Рабочая программа по физической культуре;
- Учебник

# **ЗАКОН РФ «ОБ ОБРАЗОВАНИИ» (№309-ФЗ от 01.12.2007)**

## **Статья 9 (п.1). Образовательные программы**

Единственным официальным нормативным документом в ОУ, **определяющим содержание образования** определенного уровня и направленности, является основная образовательная (общеобразовательная) программа (ООП) ступени образования (начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования)

**Федеральный государственный образовательный  
стандарт  
(Приказ Минобрнауки России от 06.10. 2009 № 373)**

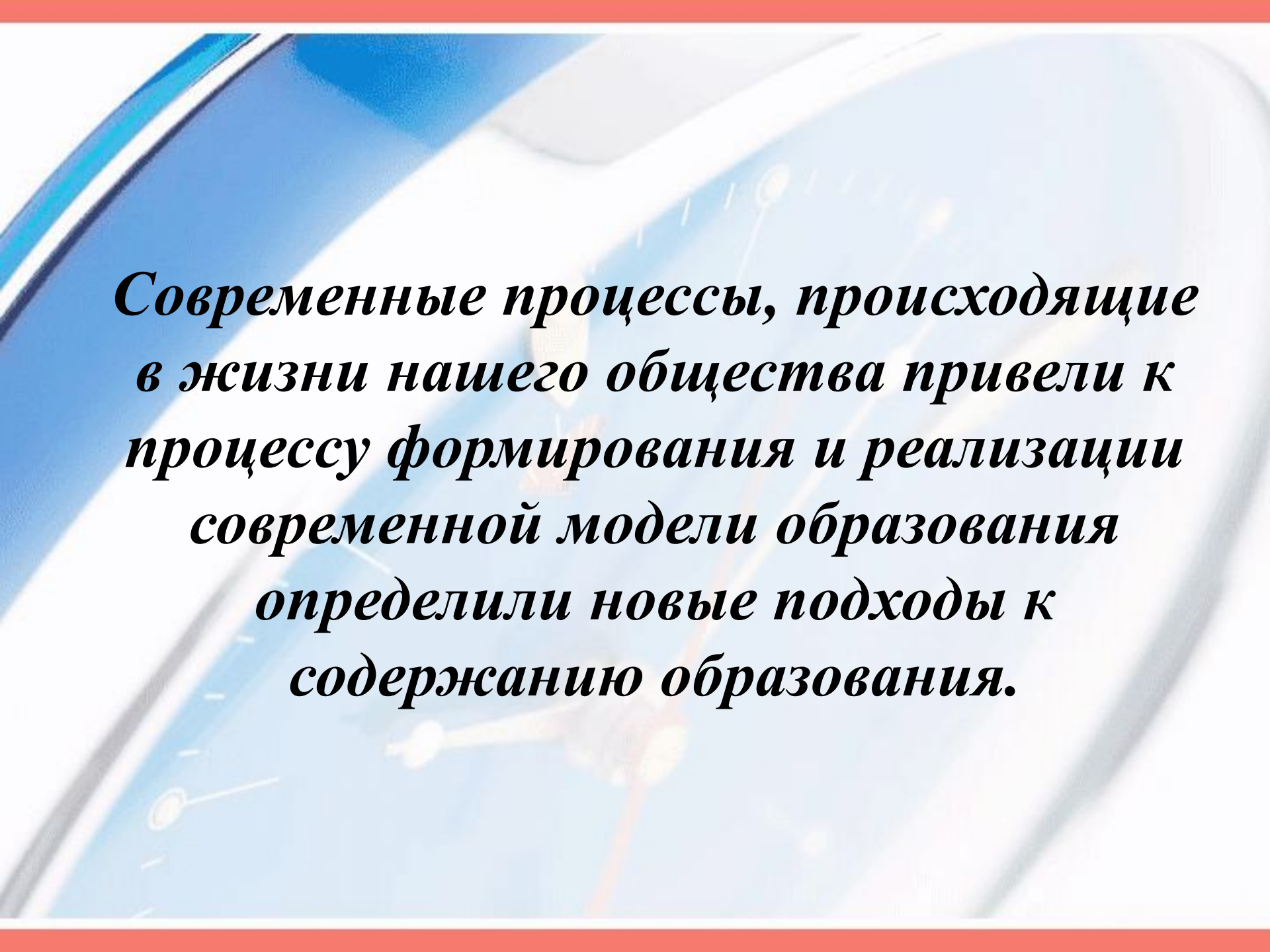
**C = 3 T**

**Результаты  
освоения  
Программы**

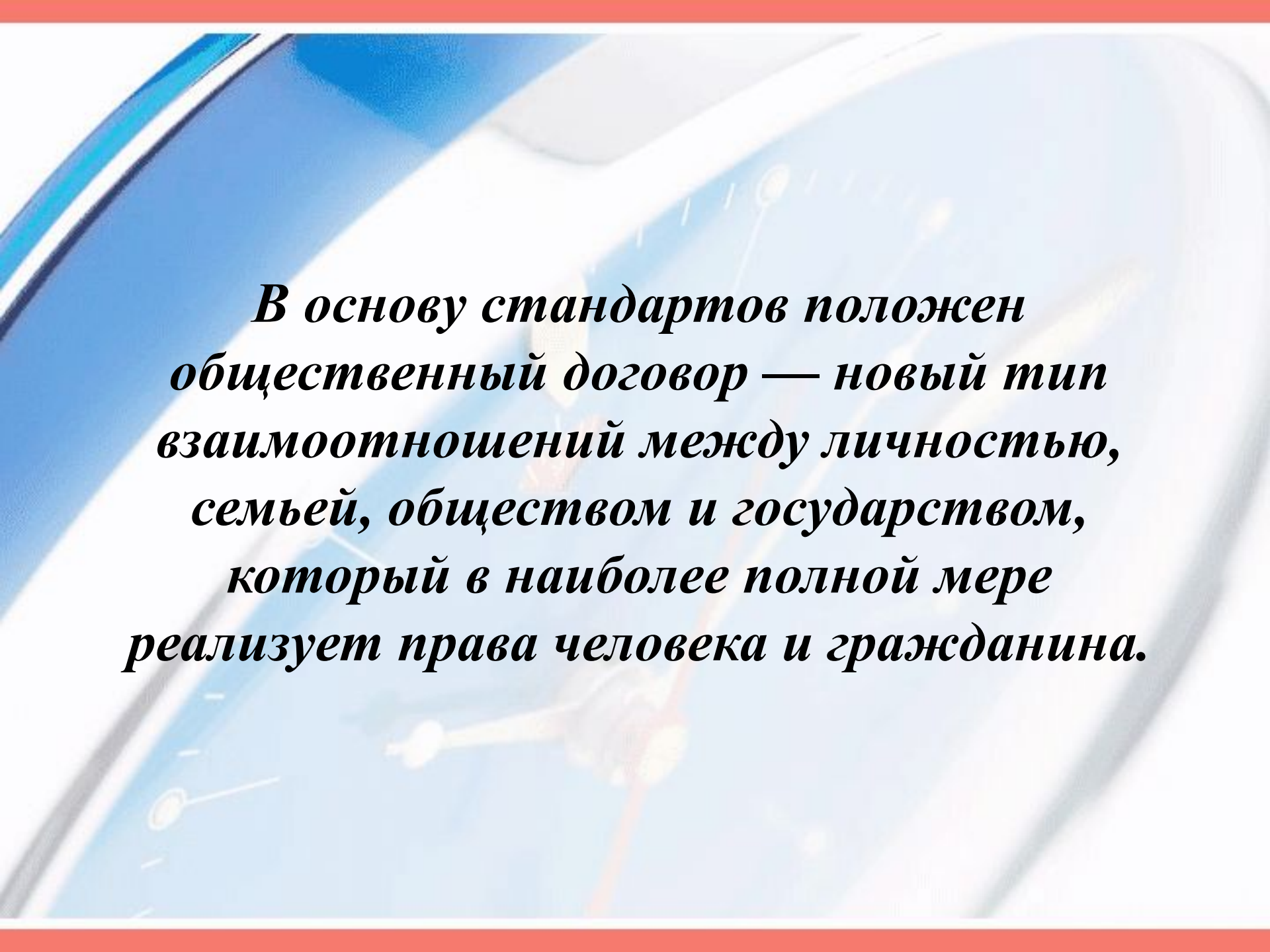
**Структура  
Программы**

**Условия  
реализации  
Программы**





***Современные процессы, происходящие в жизни нашего общества привели к процессу формирования и реализации современной модели образования определили новые подходы к содержанию образования.***



*В основу стандартов положен общественный договор — новый тип взаимоотношений между личностью, семьей, обществом и государством, который в наиболее полной мере реализует права человека и гражданина.*

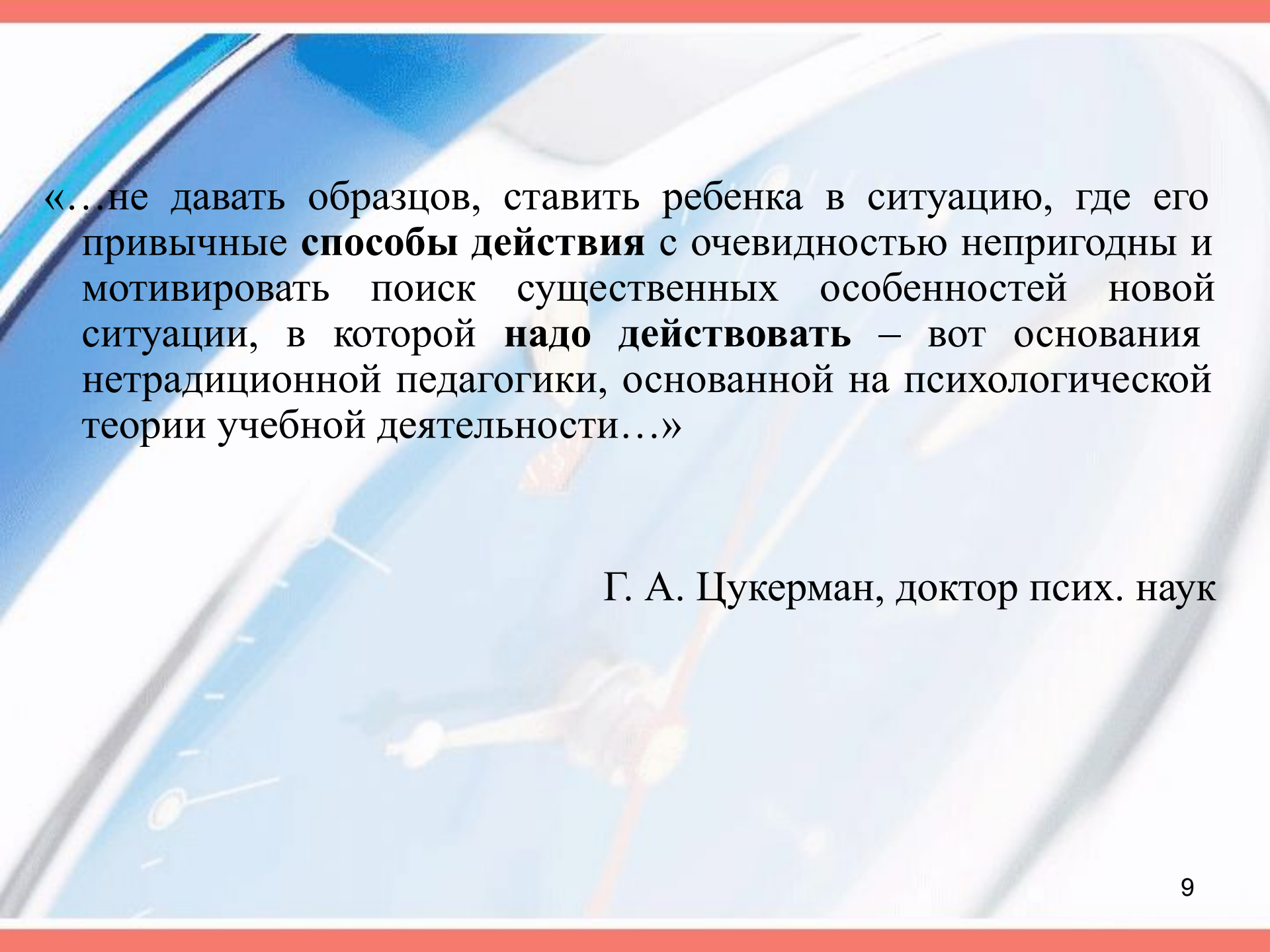
*Инновацией в структуре Базисного учебного (образовательного) плана ОУ РФ, реализующего основную программу начального общего образования нового ФГОС выступает то, что в нем выделены два раздела: инвариантная часть, вариативная часть. Программа внеурочной деятельности учащихся, осуществляемая во второй половине дня.*

В структуре Базисного учебного (образовательного) плана ОУ РФ, реализующих основную образовательную программу начального общего образования выделяется три раздела

- Инвариантная часть
- Вариативная часть
- Внеурочная деятельность

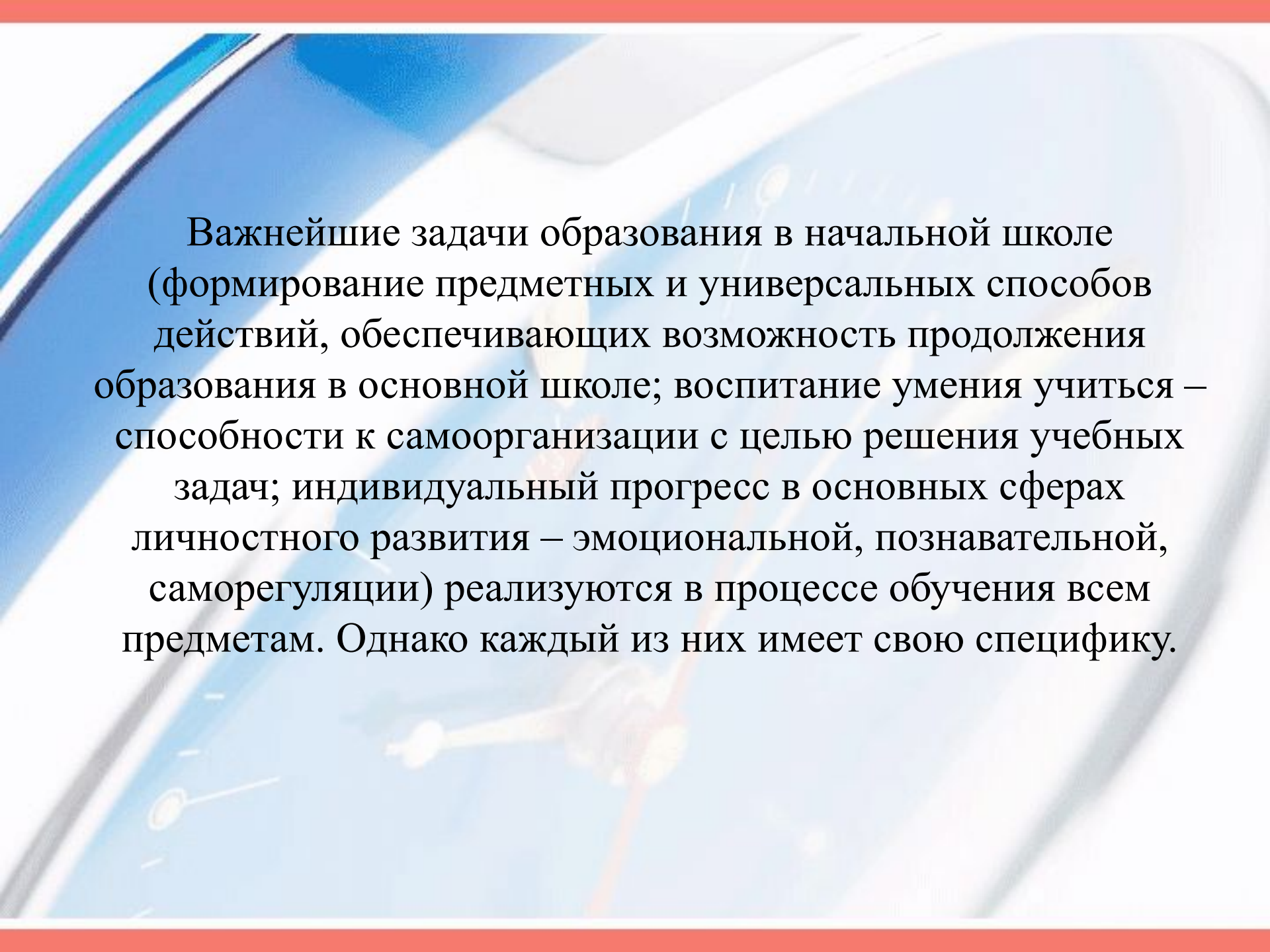




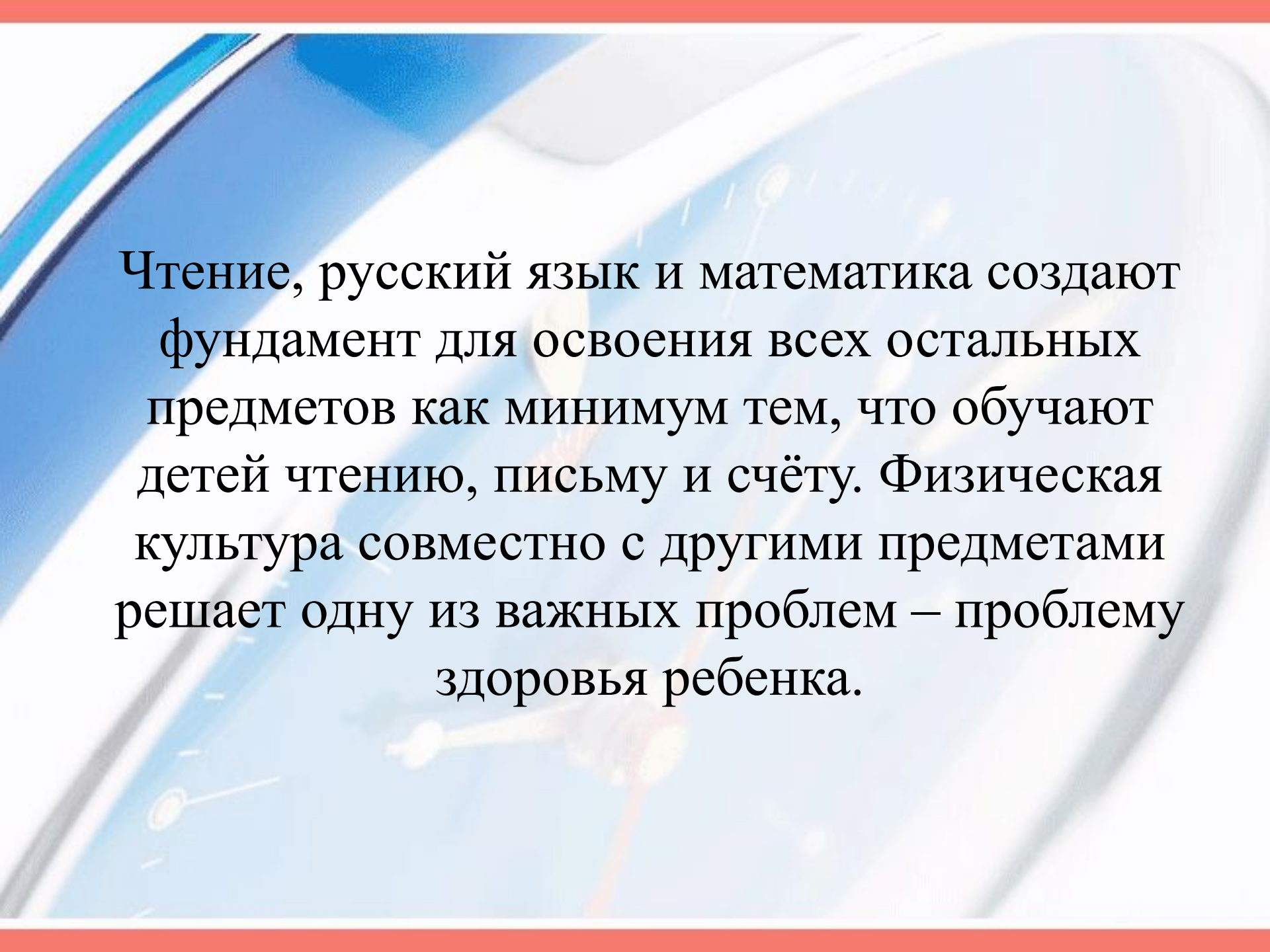


«...не давать образцов, ставить ребенка в ситуацию, где его привычные **способы действия** с очевидностью непригодны и мотивировать поиск существенных особенностей новой ситуации, в которой **надо действовать** – вот основания нетрадиционной педагогики, основанной на психологической теории учебной деятельности...»

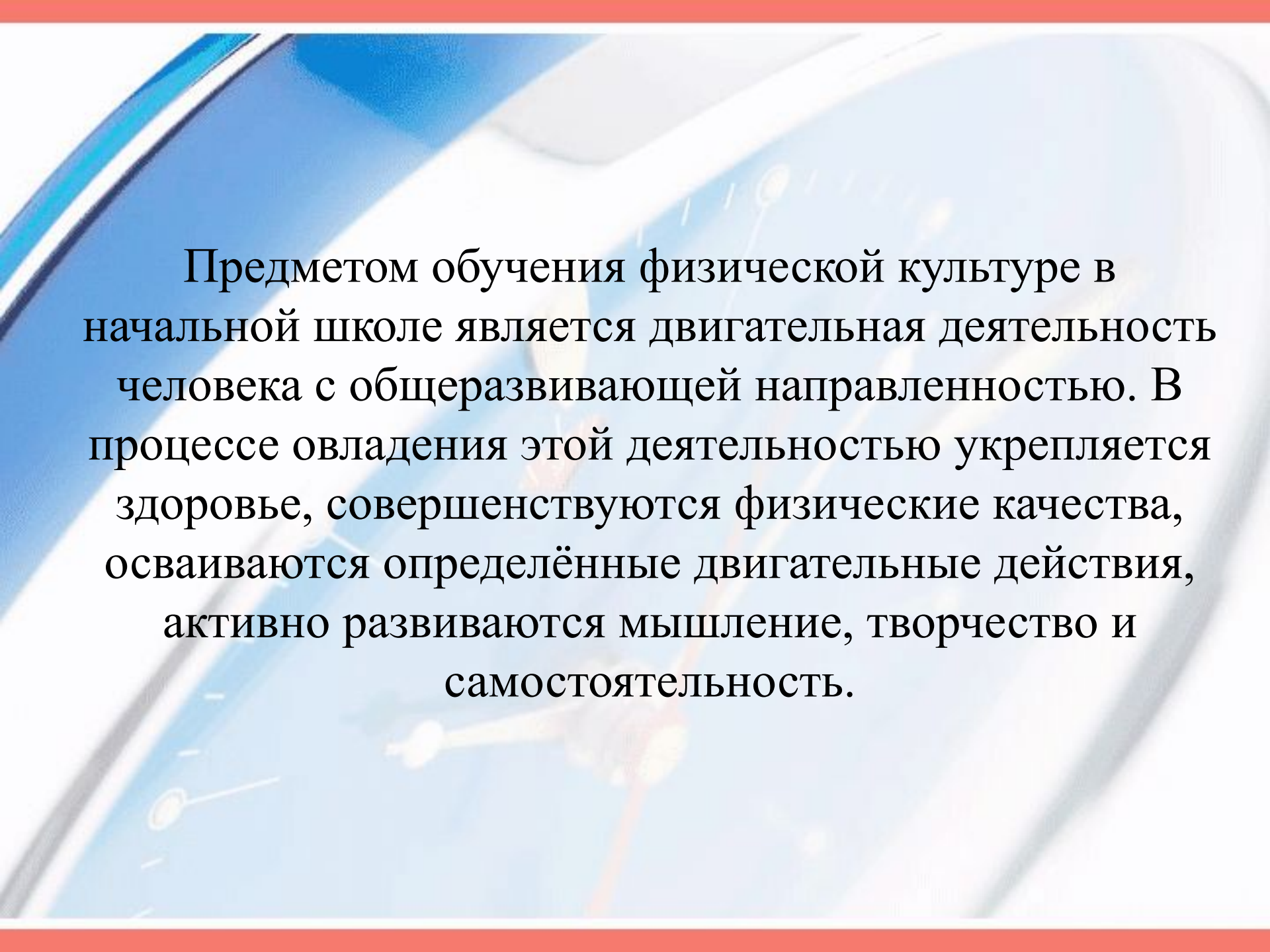
Г. А. Цукерман, доктор псих. наук



Важнейшие задачи образования в начальной школе (формирование предметных и универсальных способов действий, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе; воспитание умения учиться – способности к самоорганизации с целью решения учебных задач; индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития – эмоциональной, познавательной, саморегуляции) реализуются в процессе обучения всем предметам. Однако каждый из них имеет свою специфику.

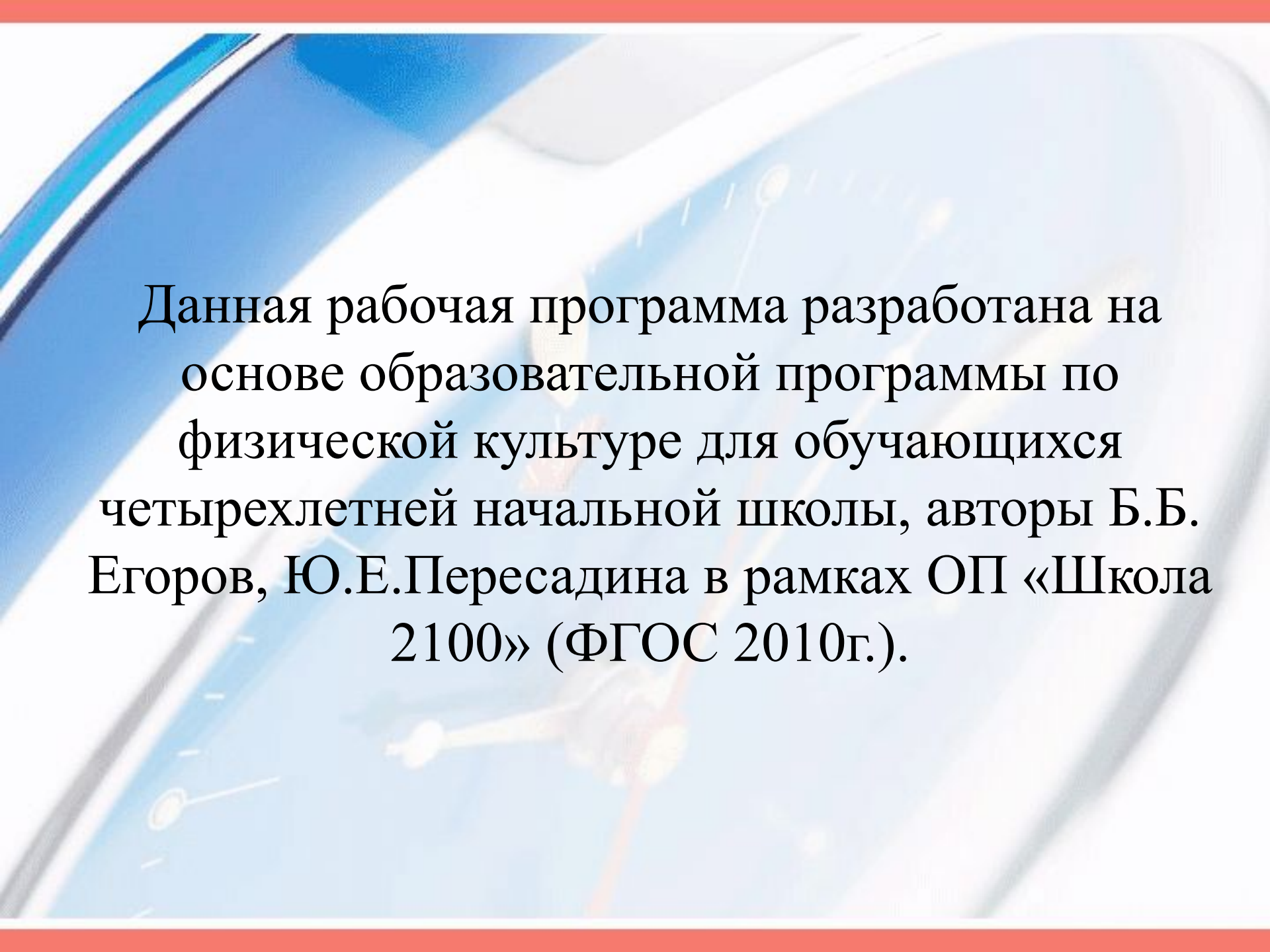


Чтение, русский язык и математика создают фундамент для освоения всех остальных предметов как минимум тем, что обучают детей чтению, письму и счёту. Физическая культура совместно с другими предметами решает одну из важных проблем – проблему здоровья ребенка.



Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.



The background of the slide features a stylized globe with blue and white segments. A prominent red line curves across the globe, possibly representing a latitude or longitude line. The globe is set against a white background with a subtle shadow effect.

Данная рабочая программа разработана на основе образовательной программы по физической культуре для обучающихся четырехлетней начальной школы, авторы Б.Б. Егоров, Ю.Е.Пересадына в рамках ОП «Школа 2100» (ФГОС 2010г.).

Учитывая эти особенности, **целью** программы по физической культуре является **формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.**

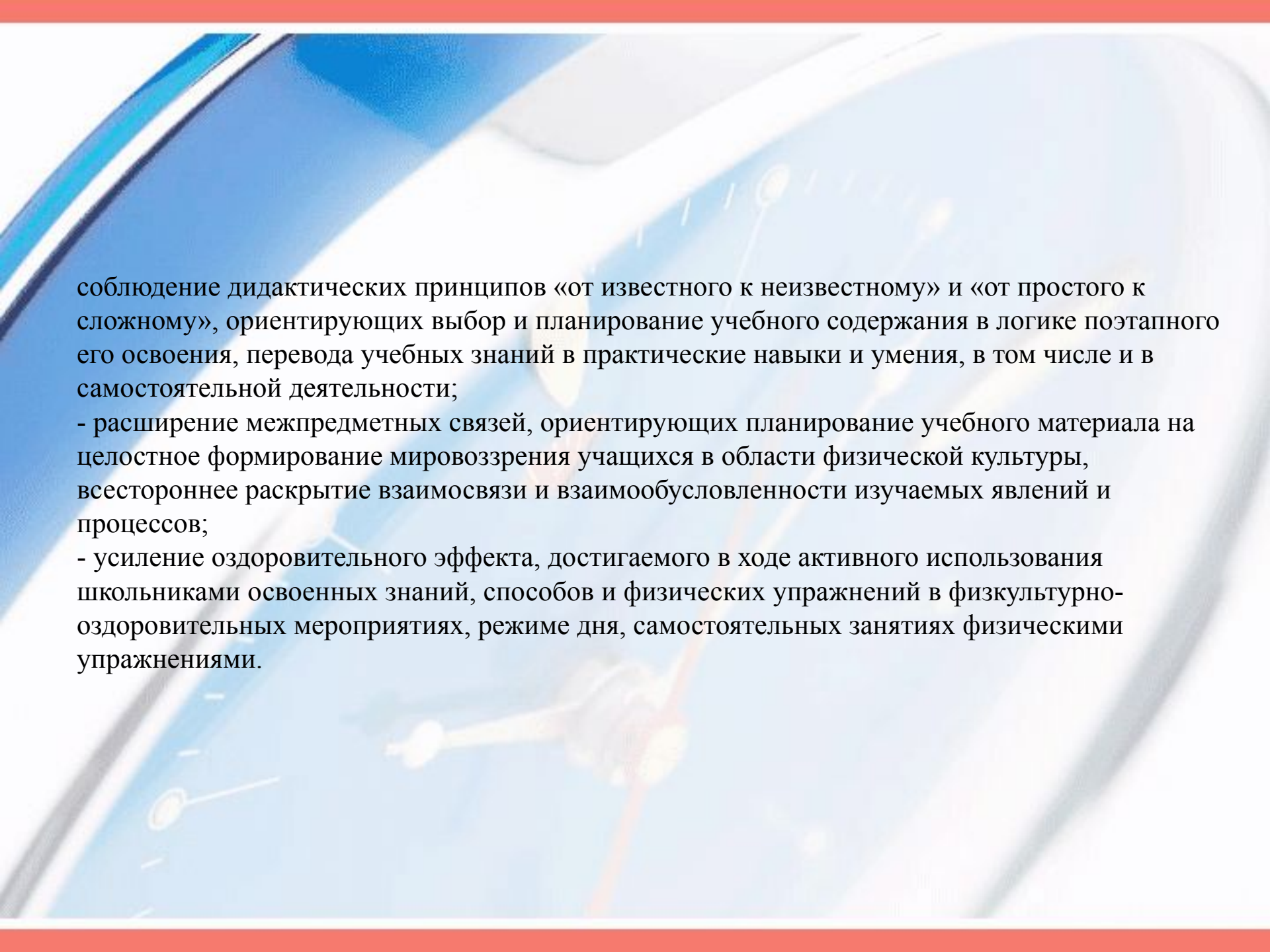
Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- **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 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.**

**Программа обучения физической культуре направлена на:**

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;



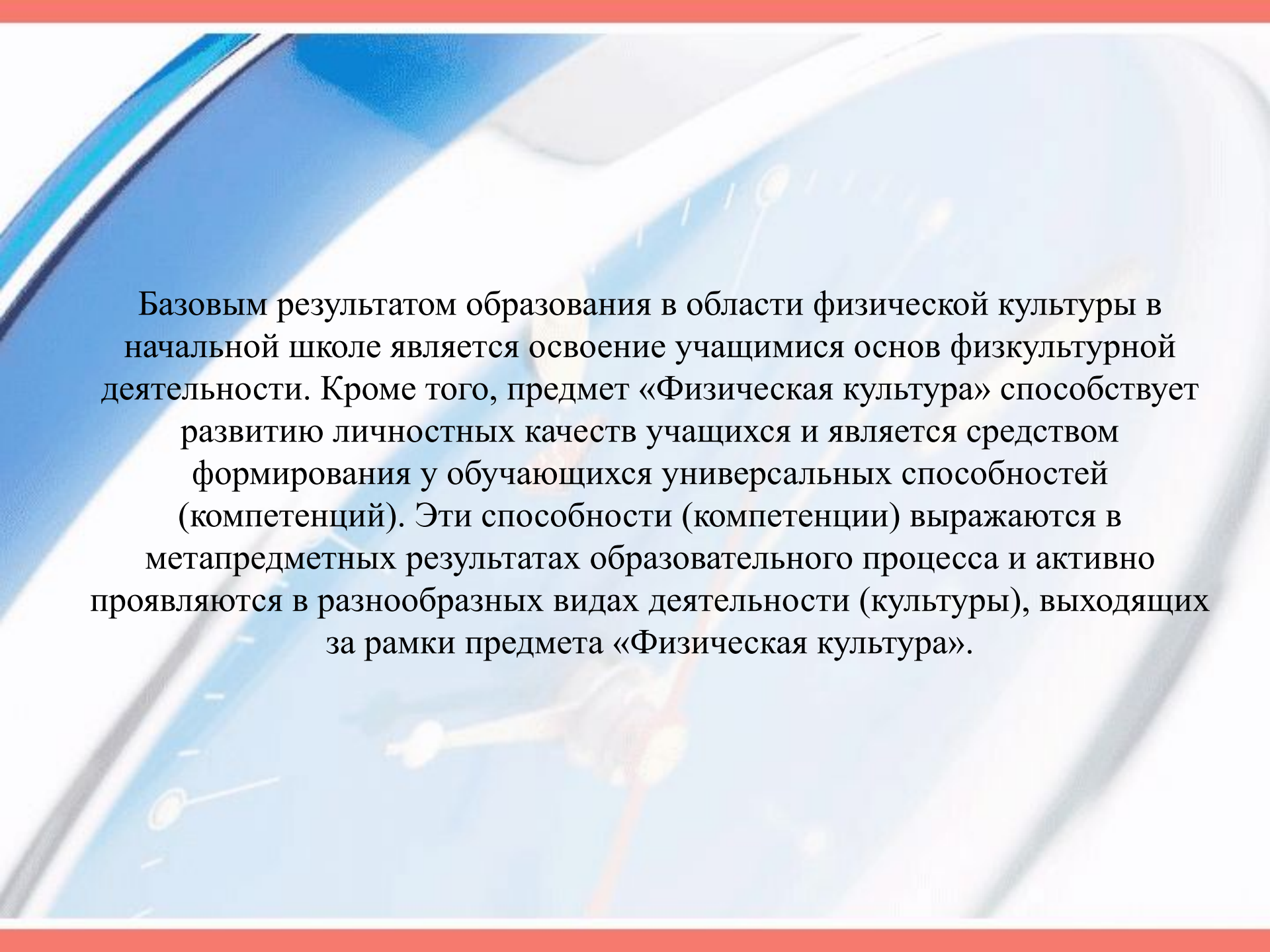


соблюдение дидактических принципов «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

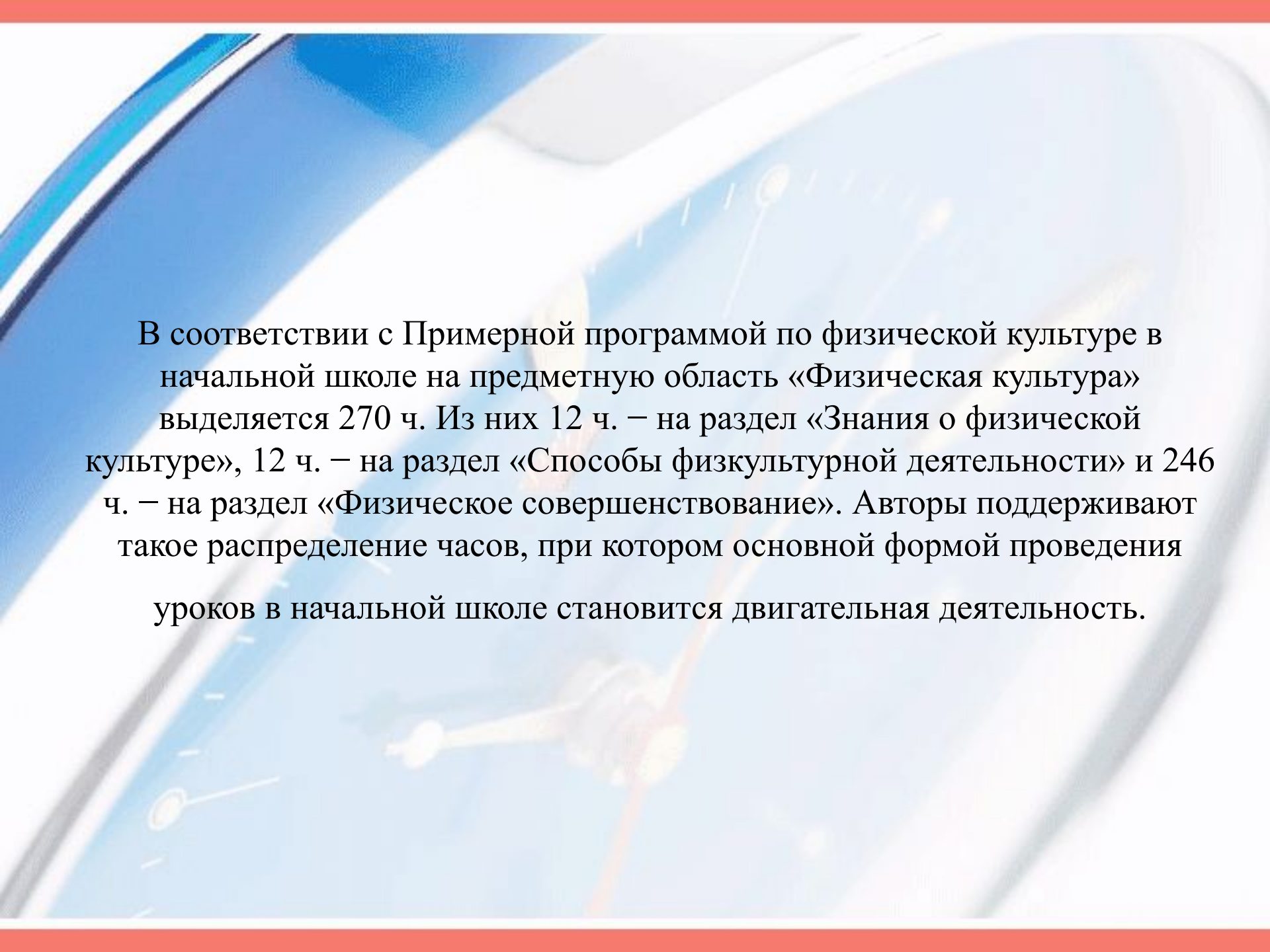
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.





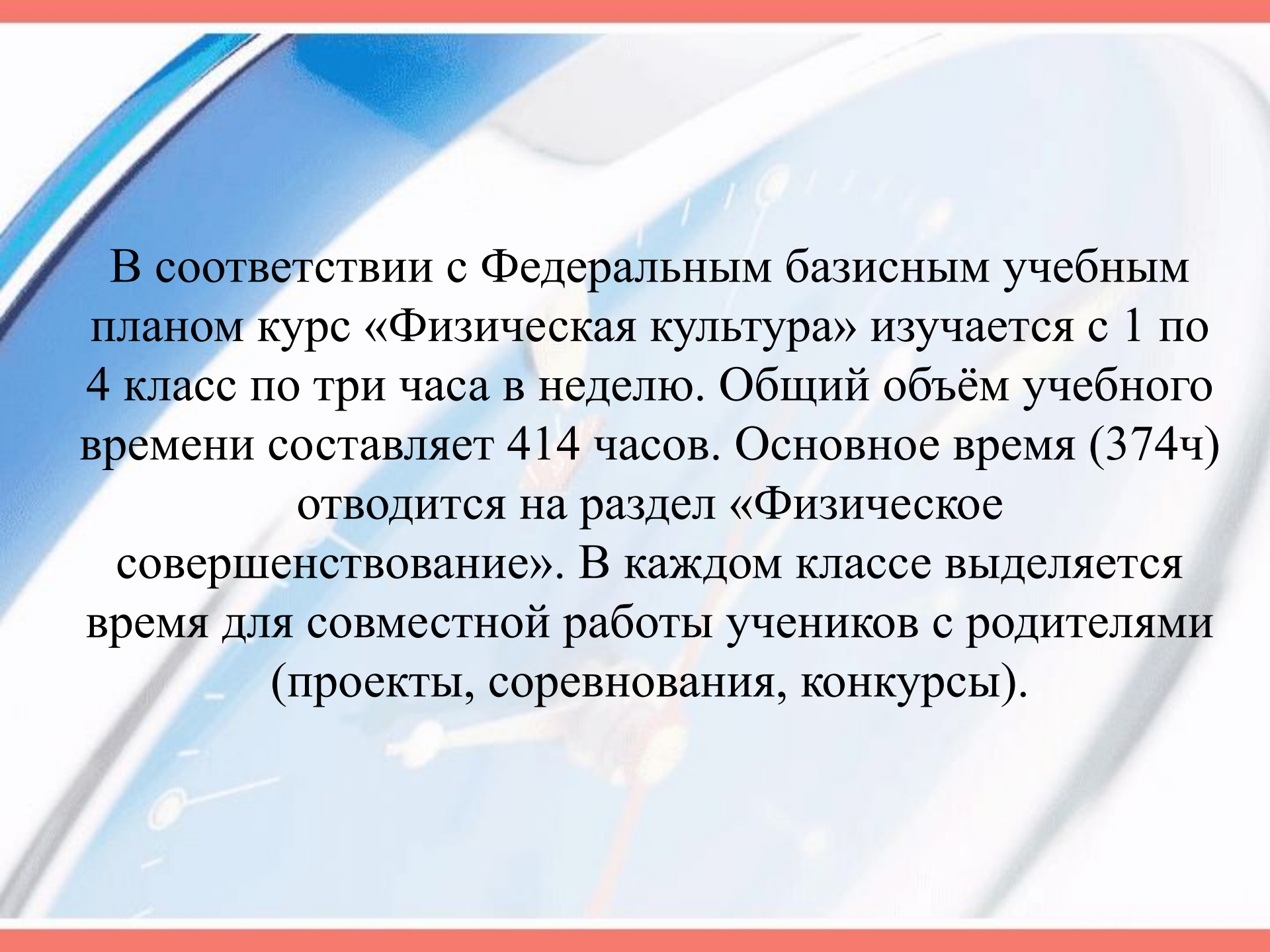
Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».



В соответствии с Примерной программой по физической культуре в начальной школе на предметную область «Физическая культура» выделяется 270 ч. Из них 12 ч. – на раздел «Знания о физической культуре», 12 ч. – на раздел «Способы физкультурной деятельности» и 246 ч. – на раздел «Физическое совершенствование». Авторы поддерживают такое распределение часов, при котором основной формой проведения уроков в начальной школе становится двигательная деятельность.

**Принцип обучения деятельности.** Учебники «Физическая культура» опираются на технологию проблемного диалога. В соответствии с этой технологией ученики на уроке участвуют в совместном открытии знаний на основе сформулированной самими учениками цели урока. У детей развиваются умения определять цель своей деятельности, планировать работу по её осуществлению и оценивать итоги достижения в соответствии с планом.

**Принципы управляемого перехода от деятельности в учебной ситуации к деятельности в жизненной ситуации и от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности.** В учебниках предусмотрена система работы учителя и класса по развитию умений в решении проблем. На первых порах совместно с учителем ученики выполняют репродуктивные задания, позволяющие им понять тему, затем наступает черёд продуктивных заданий, в рамках которых ученики пробуют применить полученные знания в новой ситуации. Наконец, в конце изучения тем учащиеся решают жизненные задачи (имитирующие ситуации из жизни) и участвуют в работе над проектами. Таким образом, осуществляется переход от чисто предметных заданий к заданиям, нацеленным прежде всего на формирование универсальных учебных действий.



В соответствии с Федеральным базисным учебным планом курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс по три часа в неделю. Общий объём учебного времени составляет 414 часов. Основное время (374ч) отводится на раздел «Физическое совершенствование». В каждом классе выделяется время для совместной работы учеников с родителями (проекты, соревнования, конкурсы).



## **Ценностные ориентиры содержания учебного предмета физическая культура**

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов

России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

**Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

**Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

### **Личностные УУД**

(мотивация к познанию, ценностные установки, нравственная ориентация, самооценка)

### **Регулятивные УУД**

(определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий по решению проблемы, контроль и коррекция)

### **Коммуникативные УУД**

(речевая деятельность, навыки сотрудничества, доносить свою позицию до других, договариваться)

### **Познавательные УУД**

(Извлекать информацию. перерабатывать, преобразовывать информацию из одной формы в другую, анализ, обобщение, классификация)



## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**

**Универсальными компетенциями** учащихся на этапе начального общего 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;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.



**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- 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.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- 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;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- 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;

- 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 показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- 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;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.



## Содержание учебного предмета физическая культура. Примерное распределение программного материала

Разделы программы	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
<b>Знания о физической культуре – 20 ч.</b>	5 ч.	5 ч.	5 ч.	5 ч.
<b>Способы физкультурной деятельности – 20 ч.</b>	5 ч.	5 ч.	5 ч.	5 ч.
<b>Физическое совершенствование – 374ч.</b>	89ч.	95ч.	95ч.	95ч.
1. Физкультурно-оздоровительная деятельность –16 ч.	4ч. 16 ч.	4ч. 16ч.	4ч. 16ч.	4ч. 16ч.
2. Спортивно-оздоровительная деятельность –358 ч.	14 ч. 24ч.	20ч. 24ч.	20ч. 24ч.	20ч. 24ч.
гимнастика с основами акробатики –64ч.	14 ч.	17ч.	21ч.	21ч.
легкая атлетика –74ч.	17ч.	14ч.	10ч.	10ч.
лыжные гонки – 96ч.				
подвижные и спортивные игры – 58 ч.				
общеразвивающие упражнения – 54 ч.				



**Физическая культура (5 ч.).** Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

**Из истории физической культуры (5 ч.).** История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

**Физические упражнения (10ч.).** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

## **Способы физкультурной деятельности.**

**Самостоятельные занятия (5ч.).** Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

**Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью (5ч.).** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

**Самостоятельные игры и развлечения (10ч.).** Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

**Физическое совершенствование.**

**Физкультурно-оздоровительная деятельность (16 ч.).** Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

# Спортивно-оздоровительная деятельность

- Гимнастика с основами акробатики (64ч.)
- Легкая атлетика (74ч.)
- Лыжные гонки (96ч.)
- Подвижные и спортивные игры (58ч.)






## **Работа с учебниками по «Физической культуре»**

Большая часть учебного времени отводится практическим занятиям по физической культуре. Самостоятельное решение учителя в работе с учебником: порядок изучения тем, объём изучаемого материала, способ его подачи. Для того, чтобы ребёнку было интересно, чтобы он смог закрепить знания, полученные на уроках физической культуры. Поэтому вопросы и проблемные ситуации должны стать предметом обсуждения, совместного действия с родителями в семье (прогулки, походы, игры).





## **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.



**Тематическое планирование по физической культуре**

**1 класс**

**3 час в неделю ( 33 учебных неделю)**

**Продолжительность учебного занятия 30 минут.**

**Годовое количество учебных занятий 99**

## 1 четверть – 24 урока.

- 1.Т.Б. на уроках физической культуры. Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.
2. Т.Б.при организации учебных занятий на спортивной площадке. Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.
- 3.Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.
- 4.Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.
- 5.Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.
- 6.Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.
- 7.Разновидности ходьбы и бега.
8. Прыжки в длину с места.
- 9.Метание теннисного мяча в цель.
- 10.Прыжки с поворотами на 180 гр..
- 11.Разновидности прыжков и многоскоков.
- 12.Бег по дистанции 30 метров, с высокого старта.
- 13.Челночный бег 3x10 метров.
- 14.Легкоатлетическая эстафета.
- 15.Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.
- 16.Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.
- 17.Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.
- 18.Спортивные эстафеты с элементами ОРУ.
- 19.Спортивные эстафеты с элементами ОРУ.
- 20.Спортивные эстафеты с элементами ОРУ.
21. Спортивные эстафеты с элементами ОРУ.
22. Спортивные эстафеты с элементами ОРУ.
- 23.Спортивные эстафеты с элементами ОРУ.
- 24.**Физкультурно-оздоровительная работа. Спортивный праздник «Наши первые спортивные каникулы».**

## 2 четверть – 21 урок.

25. Спортивные эстафеты с элементами ОРУ.
26. Спортивные эстафеты с элементами ОРУ.
27. Т.Б. при организации и проведение занятий по гимнастики с элементами акробатики. Лазанье и перелазанье.
28. Разновидности висов и упоров. Упражнения в равновесии.
29. Разновидности висов и упоров. Упражнения в равновесии.
30. Разновидности висов и упоров. Упражнения в равновесии.
31. Акробатические комбинации с элементами упражнений в равновесии, прыжками, упорами.
32. Акробатические комбинации с элементами упражнений в равновесии, прыжками, упорами.
33. ОРУ под музыку. Лазанье и перелазанье.
34. ОРУ под музыку. Лазанье и перелазанье.
35. ОРУ с гимнастической палкой. Гимнастическая полоса препятствий.
36. ОРУ с гимнастической палкой. Гимнастическая полоса препятствий.
37. ОРУ с гантелями. Гимнастические эстафеты.
38. ОРУ со скакалкой. Гимнастические эстафеты.
39. ОРУ с гимнастическим мячом. Гимнастическая полоса препятствий.
40. Детский фитнес. Игры под музыку.
41. Детский фитнес. Игры под музыку.
42. Смотр личностных достижений в выполнении элементов гимнастики с элементами акробатики.
43. История Олимпийских Игр. «Первые шаги по страничкам Олимпийского движения».
44. Практическое занятие «Игры с элементами зимних видов спорта»
45. **Физкультурно-оздоровительная работа. Спортивный праздник на приз Деда Мороза и Снегурочки.**



### 3 четверть – 30 уроков.

- 46.Т.Б. при организации занятий на свежем воздухе в зимний период времени.
- 47.Практическое занятие. «Зимние забавы»
- 48.История спортивного движения Кузбасса.
- 49.Т.Б. при организации и проведение уроков по лыжным гонкам.
- 50.Подбор лыжного инвентаря.
- 51.Скользкий шаг. Передвижение по дистанции.
- 52.Скользкий шаг. Передвижение по дистанции.
- 53.Скользкий шаг. Передвижение по дистанции.
- 54.Скользкий шаг. Передвижение по дистанции.
- 55.Скользкий шаг. Передвижение по дистанции.
56. Повороты на месте. Прохождение дистанции 500 метров.
57. Повороты на месте. Прохождение дистанции 500 метров.
58. Повороты на месте. Прохождение дистанции 500 метров.
59. Повороты на месте. Прохождение дистанции 500 метров.
- 60.Спуски и подъемы. Передвижение по дистанции до 1 км.
- 61.Спуски и подъемы. Передвижение по дистанции до 1 км.
- 62.Спуски и подъемы. Передвижение по дистанции до 1 км.
- 63.Спуски и подъемы. Передвижение по дистанции до 1 км.
- 64.Лыжная эстафета на дистанции 400 метров.
- 65.Игры на лыжах.
- 66.Игры на лыжах и эстафетах.
- 67.Игры на лыжах и эстафетах.
- 68.Прохождение дистанции 1 км.
- 69.Кросс до 500 метров. Силовые упражнения.
- 70.Полоса препятствий на дистанции 400 метров.
- 71.Кросс 500 метров. Упражнения в парах.
- 72.Смотр личностных достижений ( сдача нормативов: прыжок в длину с места, сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжки на скакалке)
- 73.Практическое занятие. «Подвижные игры на весенних каникулах».
- 74.Летние олимпийские виды спорта.
75. **Физкультурно-оздоровительная работа. Спортивный велопробег.**

## 4 четверть – 24 урока.

- 76.Т.Б. при организации и проведение подвижных и спортивных игр в спортивном зале и игровой площадке.
  - 77.Специальные передвижения без мяча в баскетболе. Подвижные игры с мячом.
  - 78.Передача и ловля баскетбольного мяча. Эстафеты с баскетбольным мячом.
  - 79.Передача и ловля баскетбольного мяча. Эстафеты с баскетбольным мячом.
  - 80.Ведение баскетбольного мяча на месте и в движение. Эстафеты с баскетбольным мячом.
  - 81.Ведение баскетбольного мяча на месте и в движение. Эстафеты с баскетбольным мячом.
  - 82.Ведение баскетбольного мяча на месте и в движение. Эстафеты с баскетбольным мячом.
  - 83.Спортивные игры и эстафеты с волейбольным мячом.
  - 84.Спортивные игры и эстафеты с волейбольным мячом.
  - 85.Спортивные игры и эстафеты с волейбольным мячом.
  - 86.Спортивные игры и эстафеты с волейбольным мячом.
  - 87.Спортивные игры и эстафеты с футбольным мячом. Удар по неподвижному мячу, ведение мяча.
  - 88.Спортивные игры и эстафеты с футбольным мячом. Удар по неподвижному мячу, ведение мяча.
  - 89.Спортивные игры и эстафеты с футбольным мячом. Удар по неподвижному мячу, ведение мяча.
  - 90.Спортивные игры и эстафеты с футбольным мячом. Удар по неподвижному мячу, ведение мяча.
  - 91.Спортивные игры и эстафеты с футбольным мячом. Удар по неподвижному мячу, ведение мяча.
  - 92.Спортивный праздник «Мой веселый звонкий мяч!».
  - 93.Бег по дистанции 200 метров с изменением скорости.
  - 94.Метание набивного мяча 1кг..
  - 95.Прыжки в высоту, преодоление препятствий.
  - 96.Метание теннисного мяча на дальность.
  - 97.Бег до 400 метров.
  - 98.Легкоатлетическая эстафета, полоса препятствий.
  - 99.Физкультурно-оздоровительная работа. Спортивный праздник «Вот и стали мы на год взрослее»
- Итого: 99 уроков.**

# Портрет выпускника: начальная школа – основная школа



- любознательный, проявляющий исследовательский интерес
- активно познающий мир
- доброжелательный, умеющий слушать и слышать партнера

• ГОТОВ К  
выбору



- избирательность интересов
- познающий себя, утверждающий себя как взрослый
- готовый нести ответственность перед самим собой, другими
- умеет действовать с ориентацией на другую позицию
- умеет работать в группе и индивидуально
- осознанно выполняет правила здорового и безопасного образа жизни

- уважительное отношение к окружающим, к иной точке зрения
- умеющий учиться, способный к самоорганизации
- готовый самостоятельно действовать и отвечать перед семьёй и школой
- навыки самоорганизации и здорового образа жизни



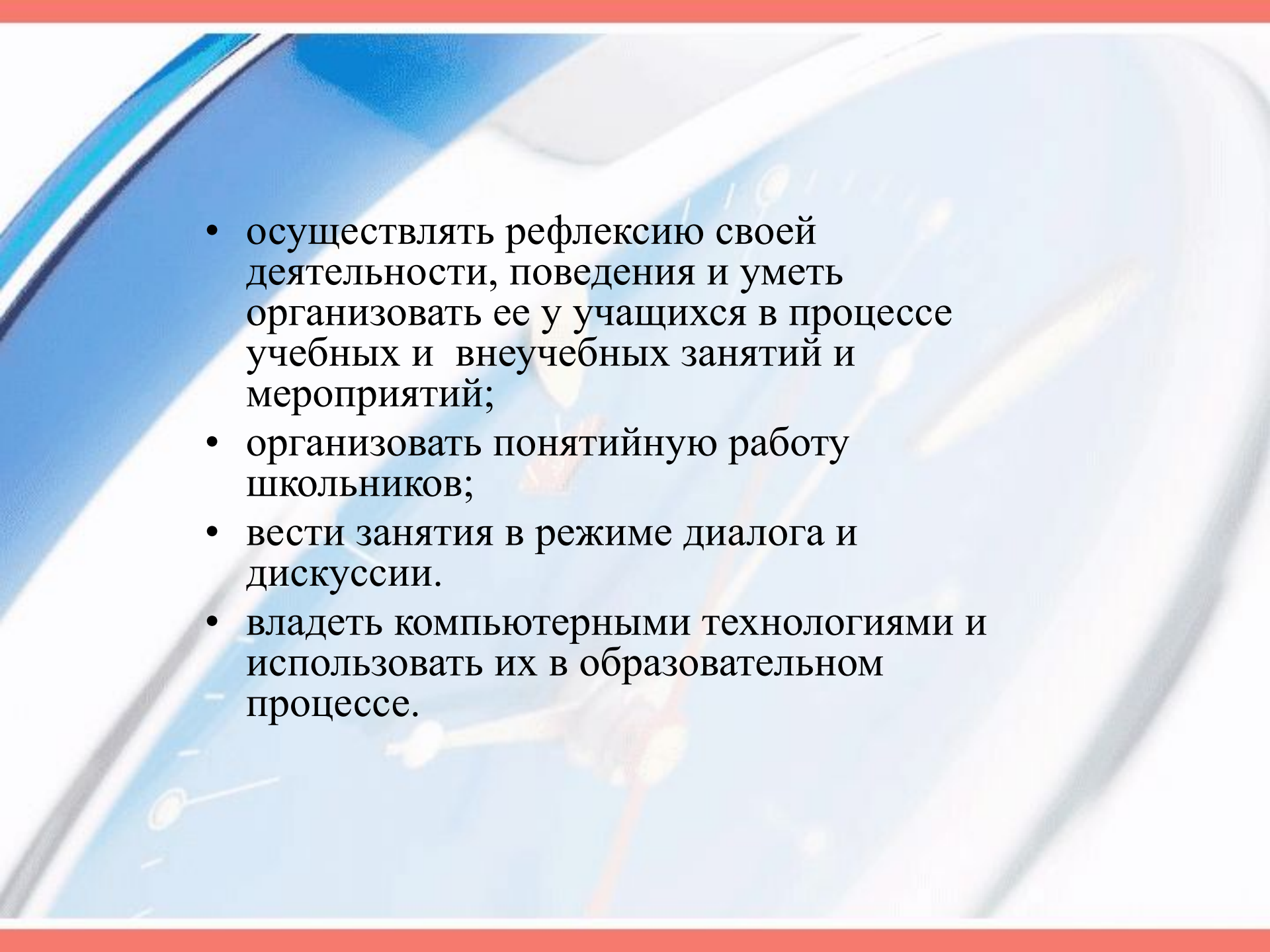
# Учитель физической культуры занимает следующие позиции:

- Педагог-воспитатель должен владеть теми компетенциями, которым он обучает. Вот некоторые из них:
- планировать и организовывать самостоятельную деятельность учеников (помогать определять цели и образовательные результаты);
- мотивировать учащихся, включая их в разнообразные виды деятельности, позволяющие наработать требуемые компетенции;
- строить образовательный процесс, используя разнообразные формы организации деятельности и включая учеников в разные виды работы, учитывая их склонности, индивидуальные особенности и интересы;
- занимать экспертную позицию относительно демонстрируемых школьником компетенций в разных видах деятельности и оценивать их при помощи соответствующих критериев;



# Умения учителя физической культуры:

- владеть проектным мышлением (уметь организовать и руководить групповой проектной деятельностью);
- владеть исследовательским мышлением (уметь организовать исследовательскую работу и руководить ею);

- 
- осуществлять рефлексию своей деятельности, поведения и уметь организовать ее у учащихся в процессе учебных и внеучебных занятий и мероприятий;
  - организовать понятийную работу школьников;
  - вести занятия в режиме диалога и дискуссии.
  - владеть компьютерными технологиями и использовать их в образовательном процессе.

# Учитель физической культуры в позиции (педагога - воспитателя)

Исходя из современных требований мы определили основные пути развития профессиональной компетентности педагога- воспитателя:

1. Работа в районных методических объединениях, творческих группах; школе профессионального мастерства классных руководителей;
2. Исследовательская деятельность;
3. Инновационная деятельность, освоение новых педагогических технологий;
4. Различные формы педагогической поддержки;
5. Активное участие в педагогических конкурсах и фестивалях;
6. Трансляция собственного педагогического опыта;
7. Использование ИКТ и др.

Но не один из перечисленных способов не будет эффективным, если педагог сам не осознает необходимости повышения собственной профессиональной компетентности.

Отсюда вытекает необходимость мотивации и создания благоприятных условий для педагогического роста.

# Тематическое планирование по физической культуре 1 класс

3 час в неделю ( 33 учебных неделю)

Продолжительность учебного занятия 30 минут.

Годовое количество учебных занятий 99

Номер урока	Дата урока	Тема урока (учебный материал)	Личностные, метапредметные (УУД) и предметные результаты
		1 четверть – 24 урока.	
1.		Т.Б. на уроках физической культуры. Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.	умения организовывать собственную деятельность, (УК) активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;(Л) общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;(М-КУУД)
2.		Т.Б.при организации учебных занятий на спортивной площадке. Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.	умения выбирать и использовать средства для достижения цели(УК)
3.		Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.	умения активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания(Л)
4.		Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.	умения характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;(М)



5.		<b>Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.</b>	умения планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня,(П)
6.		<b>Подвижные игры на свежем воздухе с элементами ОРУ.</b>	умения бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;(П)
7.		<b>Разновидности ходьбы и бега.</b>	умения оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;(П)
8.		<b>Прыжки в длину с места.</b>	умения проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях(Л)
9.		<b>Метание теннисного мяча в цель.</b>	умения находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;(П)
10.		<b>Прыжки с поворотами на 180 гр..</b>	умения проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;(Л)

**Я УЧУСЬ НЕ ПОТОМУ,  
ЧТО ОБЯЗАН,  
А ПОТОМУ, ЧТО  
БЕЗ ЭТОГО НЕ МОГУ**

