Аннотация к рабочей программе «Физическая культура 1-4 классы»

Рабочая программа включает следующие разделы:

* пояснительную записку, раскрывающую характеристику и место учебного предмета в учебном плане;
* содержание предмета;
* планируемые результаты освоения предмета;
* тематическое планирование
	1. Рабочая программа по физической культуре составлена на основе:
		+ ФЗ №273 «Об образовании РФ»;
		+ Федерального государственного образовательного стандарта НОО;
		+ Основной образовательной программы ОО МБОУ «Сухонойская СОШ»;»;
		+ Базисного учебного плана МБОУ «Сухонойская СОШ»;
		+ «Рабочая программа. Физическая культура. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха .5-9 классы» (М.:Просвещение,2013г.)
		+ Федерального перечня учебников, утвержденных, рекомендованных, допущенных к использованию в образовательном процессе в ОУ, реализующих программы ООО.
		+ Положение о рабочей программе учебных предметов, курсов, принятое в МБОУ «Сухонойская СОШ»;
	2. Место учебного предмета. В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 3 часа в неделю всего 102 часа во 2-4 кассах и 99 часов в 1 классах

# 2.2. Межпредметные связи учебного предмета

Изучение предмета «Физическая культура» основано на межпредметных связях с предметами «ОБЖ», «Биология», «История», «Обществознание», «География», «Музыка»,

«Информатика», «Математика» и др.

# Виды деятельности учащихся, направленные на достижение результата:

* Слушание объяснений учителя.
* Слушание и рецензирование ответов своих товарищей.
* Анализ проблемных ситуаций.
* Работа с раздаточными материалами.
* Самостоятельная работа с различными источниками информации.
* Выполнение специальных упражнений
* Демонстрация вариативного выполнения упражнений
* Выполнение упражнений комбинированного характера.
* Игровые виды деятельности



# Тематическое планирование Тематический план 1-4 классов(3 часа в неделю)

1. класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | тема | количество часов |
| 1 | Знания о физической культуре | 3 |
| 2 | Легкая атлетика | 21 |
| 3 | Способы физической деятельности | 3 |
| 4 | Подвижные и спортивные игры | 36 |
| 5 | Гимнастика с основами акробатики | 15 |
| 6 | Лыжные гонки | 21 |

1. класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | тема | количество часов |
| 1 | Легкая атлетика | 21 |
| 2 | Подвижные игры | 39 |
| 3 | Гимнастика с основами акробатики | 21 |
| 4 | Лыжная подготовка | 21 |

1. класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | тема | количество часов |
|  | Легкая атлетика | 21 |
|  | Подвижные игры | 42 |
|  | Гимнастика | 18 |
|  | Лыжная подготовка | 21 |

1. класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | тема | количество часов |
|  | Легкая атлетика | 21 |
|  | Подвижные игры | 21 |
|  | Гимнастика | 18 |
|  | Лыжная подготовка | 21 |
|  | Подвижные игры с элементамибаскетбола | 21 |

# Оценочный инструментарий

**Уровень физической подготовленности**

При оценивании учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

|  |  |
| --- | --- |
| Контрольные упражнения | Уровень |
| высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Мальчики | Девочки |
| Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз | 11 – 12 | 9 – 10 | 7 – 8 | 9 – 10 | 7 – 8 | 5 – 6 |
| Прыжок в длину с места, см | 118 – 120 | 115 – 117 | 105 – 114 | 116 – 118 | 113 – 115 | 95 – 112 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наклон вперед, не сгибая ног в коленях | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола |
| Бег 30 м с высокого старта, с | 6,2 – 6,0 | 6,7 – 6,3 | 7,2 – 7,0 | 6,3 – 6,1 | 6,9 – 6,5 | 7,2 – 7,0 |
| Бег 1000 м | Без учета времени |

## класс

|  |  |
| --- | --- |
| Контрольные упражнения | Уровень |
| высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Мальчики | Девочки |
| Подтягивание на низкой перекладине извиса лежа, кол-во раз | 14 – 16 | 8 – 13 | 5 – 7 | 13 – 15 | 8 – 12 | 5 – 7 |
| Прыжок в длину с места, см | 143 – 150 | 128 – 142 | 119 – 127 | 136 – 146 | 118 – 135 | 108 – 117 |
| Наклон вперед, не сгибая ног в коленях | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола |
| Бег 30 м с высокого старта, с | 6,0 – 5,8 | 6,7 – 6,1 | 7,0 – 6,8 | 6,2 – 6,0 | 6,7 – 6,3 | 7,0 – 6,8 |
| Бег 1000 м | Без учета времени |

* 1. **класс**

|  |  |
| --- | --- |
| Контрольные упражнения | Уровень |
| высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Мальчики | Девочки |
| Подтягивание в висе, кол-во раз | 5 | 4 | 3 |  |  |  |
| Подтягивание в висе лежа, |  |  |  | 12 | 8 | 5 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| согнувшись, кол-во раз |  |  |  |  |  |  |
| Прыжок в длину с места, см | 150 – 160 | 131 – 149 | 120 – 130 | 143 – 152 | 126 – 142 | 115 – 125 |
| Бег 30 м с высокого старта, с | 5,8 – 5,6 | 6,3 – 5,9 | 6,6 – 6,4 | 6,3 – 6,0 | 6,5 – 5,9 | 6,8 – 6,6 |
| Бег 1000 м, мин. с | 5.00 | 5.30 | 6.00 | 6.00 | 6.30 | 7.00 |
| Ходьба на лыжах 1 км, мин. с | 8.00 | 8.30 | 9.00 | 8.30 | 9.00 | 9.30 |

* 1. класс

|  |  |
| --- | --- |
| Контрольные упражнения | Уровень |
| высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Мальчики | Девочки |
| Подтягивание в висе, кол-во раз | 6 | 4 | 3 |  |  |  |
| Подтягивание в висе лежа,согнувшись, кол-во раз |  |  |  | 18 | 15 | 10 |
| Бег 60 м с высокого старта, с | 10.0 | 10.8 | 11.0 | 10.3 | 11.0 | 11.5 |
| Бег 1000 м, мин. с | 4.30 | 5.00 | 5.30 | 5.00 | 5.40 | 6.30 |
| Ходьба на лыжах 1 км, мин. с | 7.00 | 7.30 | 8.00 | 7.30 | 8.00 | 8.30 |