**Предмет - Физическая культура**

**Ступень обучения 1 – 4 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно- методические материалы | * ФГОС НОО 2010г.**;** * ООП НОО МБОУ « Южная СОШ» * УП 2020-2024 гг. * примерной программы по физической культуре начального общего образования с учетом авторской программы по физическому воспитанию под редакцией В.И.Лях Просвещение, 2015 * Федеральный перечень учебников, рекомендованных министерством образования Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях на 2020 - 2021 учебный год; * требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального компонента государственного стандарта |
| Реализуемый УМК | «Школа России» 1-4 кл.  В.И.Лях Просвещение, 2015 ,1 -4 кл. |
| Цели и задачи изучения предмета | * формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитиетворческой 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,   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 | Базовый курс  1 класс – 99 часов (3 часа в неделю)  2-4 класс – 102 часа (3 часа в неделю) |
| Результаты освоения учебного предмета(требования к выпускнику | В результате изучения физической культуры ученик должен: — активно включаться в общение и взаимодействие со  сверстниками на принципах уважения и доброжелательности,  взаимопомощи и сопереживания;  — проявлять положительные качества личности и управлять  своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и  условиях;  — проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;  — оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам,  находить с ними общий язык и общие интересы.  **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 учетом  требований ее 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, рассуди  тельность;  — 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 ее 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 инвентарем 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 ее напряженность 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 подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;  — находить отличительные особенности в выполнении  двигательного действия разными учениками, выделять отличи\_  тельные признаки и элементы;  — выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки  техничного исполнения;  — 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 изменяющихся,  вариативных условиях. |