|  |  |
| --- | --- |
| **ПРИНЯТО:**  на заседании методического совета  Протокол № 1 от «28» 08 2014 г. | **УТВЕРЖДАЮ:**  Директор МБОУ «СОШ №12»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Смирнова  Приказ № 678/01-13 от «29» 08 2014 г. |

***Рабочая программа учебного курса***

***физическая культура***

*на 2014-2015 учебный год*

**Класс: 4** А класс

**Учитель**: Трищ Г.Ю.

**Количество часов**: - на учебный год: 34

**Разработана** на основе Программы начального общего образования к курсу «Физическая культура» и авторской программы В.И. Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–4 классов».

**1. Пояснительная записка**

Рабочая программа курса «Физическая культура» для второго класса составлена на основе Федерального государ­ственного образовательного стандарта начального общего обра­зования, Концепции духовно-нравственного развития и воспи­тания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, авторской программы В.И. Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–4 классов».

Рабочая программа составлена на основе примерной программы по физической культуре в соответствии с общими целями изучения курса физической культуры, определёнными Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) начального общего образования с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, задачами и формирования у младшего школьника умения учиться.

***1.1. Цель и задачи учебного предмета.***

***Цель 3-го урока физкультуры*** – создание условий для реализации физкультурно-оздоровительной активности учащихся вне зависимости от уровня физической подготовки и уровня сформированности специфических умений по отдельным видам спорта. Поэтому содержание 3-го урока физкультуры направлено на введение спортивных и командных эстафетных игр.

Учитывая эти особенности программа по физической культуре для учащихся начальной школы ориентируется ***на решение следующих образовательных задач:***

1. совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках, лазанье, метании;
2. обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
3. развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
4. формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности.

***1.2. Общая характеристика учебного предмета***

Предметом обучения физической культуры является двигательная деятельность младшего школьника с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность, которые не­обходимыми для применения к самым различным сторонам жизни и деятельности человека.

Программа адресована обучающимся четвёртых классов и направлена на:

- укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выработку устойчивости, приспособленности организма к неблагоприятным условиям внешней среды;

- овладение школой движений;

- развитие координационных и кондиционных способностей;

- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей; о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- выработку представлений об основных видах спорта;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к одноклассникам, умения взаимодействовать с ними в процессе общения, занятий.

***1.3. Описание места учебного предмета в учебном плане.***

Рабочая учебная программа рассчитана на 102 часа в год (3 часа в неделю), из которых 34 часа (1час в неделю) отводится для игровой деятельности.

***1.4. Ценностные ориентиры содержания образования.***

**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** какпервой 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.

**2. Личностные, метапредметные и предметные результаты**

**освоения курса «Физическая культура»**

В ходе изучения предмета «Физическая культура» в 4 классе обеспечиваются условия для до­стижения обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

**2.1. Личностные результаты:**

У обучающегося будут сформированы:

- чувства гордости за свою Родину, россий­ский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

- формирование уважительного отношения к культуре дру­гих народов;

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обуча­ющего;

- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы, стрессоустойчивости;

- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, понимания и сопережива­ния чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нор­мах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

*Обучающийся получит возможность для формирования:*

- познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры;

- положительной мотивации к изучению различных приёмов и способов;

- уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.

**2.2.** **Метапредметными результатами** изучения курса «Физическая культура» в 4-м классе являются формирование следующих универсальных учебных действий:

***Регулятивные универсальные учебные действия***

*Обучающийся научится:*

- овладение способностью принимать и сохранять цели и за­дачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эф­фективные способы достижения результата.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- продумывать последовательность упражнений, состав­лять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;

- объяснять, какие технические приёмы были использова­ны при выполнении задания;

- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, на­правленные на развитие физических качеств;

- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;

- организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

***Познавательные универсальные учебные действия***

*Обучающийся научится:*

- овладение начальными сведениями о сущности и особен­ностях объектов, процессов и явлений действительности в со­ответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- осуществлять поиск необходимой информации, исполь­зуя различные справочные материалы;

- свободно ориентироваться в книге, используя информа­цию форзацев, оглавления, справочного бюро;

- сравнивать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;

- устанавливать взаимосвязь между занятиями физиче­ской культурой и воспитанием характера человека

***Коммуникативные универсальные учебные действия***

*Обучающийся научится:*

- определение общей цели и путей её достижения;

- умение договариваться о распределении функций и ролей в совмест­ной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совмест­ной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посред­ством учёта интересов сторон и сотрудничества.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;

- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;

- понимать действия партнёра в игровой ситуации.

- Предметные результаты:

***Подвижные игры***

*Обучающийся научится:*

- уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями

- элементарно владеть мячом: держание, передача на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр

- играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребенка.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- понимать влияние физических упражнений на физиче­ское развитие человека;

- рассказывать о видах спорта, включённых в программу летних и зимних Олимпийских игр;

- определять влияние закаливания на организм человека; самостоятельно составлять и выполнять комплексы уп­ражнений, направленных на развитие определённых фи­зических качеств;

- выполнять упражнения, направленные на профилакти­ку нарушений осанки;

- организовывать и играть в подвижные игры во время прогулок

**3. Содержание учебного предмета.**

**Подвижные игры (34 час)**

Подвижные и спортивные игры являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

Закрепление и совер­шенствование навыков бега, развитие скорост­ных способностей, спо­собности к ориентирова­нию в пространстве. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча. Комплексное развитие координационных и кон­диционных способностей, овладение элементарны­ми технико-тактическими взаимодействиями.

**4. Учебно – тематический план и поурочное планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид программного материала** | **Количество часов** |
| 1 | Игры с метанием, передачей и ловлей мяча | 10 |
| 2 | Общеразвивающие игры | 16 |
| 3 | Игры на закрепление и совершенствование навыков бега | 8 |
|  | **Итого** | **34** |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**ИГРОВОЙ УРОК - 34 ч**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Дата** | | **Тема урока** | **Планируемые результаты (по разделу)** | | |  |
| по плану | по факту | **Предметные** | **Метапредметные** | |  |
| **УУД** | **Личностные** | |
| 1 |  |  | Правила по т/б на уроках физической культуры. Подвижная игра «Круговой мяч». | Обучающийся научится:  - определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия  физическими упражнениями, подвижными  и спортивными играми;  - определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма;  - определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий;  - играть в подвижные игры;  - соблюдать правила поведения во время подвижных игр;  - контролировать уровень своей двигательной подготовленности, самочувствия;  - организовывать и проводить игру по правилам | Познавательные УУД:  - овладение начальными сведениями о сущности и особен­ностях объектов, процессов и явлений действительности в со­ответствии с содержанием конкретного учебного предмета;  - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;  Регулятивные УУД:  - овладение способностью принимать и сохранять цели и за­дачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;  - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;  -определять наиболее эф­фективные способы достижения результата.  Коммуникативные УУД;  - определение общей цели и путей её достижения;  - умение договариваться о распределении функций и ролей в совмест­ной деятельности;  - осуществлять взаимный контроль в совмест­ной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;  - готовность конструктивно разрешать конфликты посред­ством учёта интересов сторон и сотрудничества;  - научиться общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. | - воспитание морально-волевых качеств;  - укрепление здоровья, улучшение осанки,  содействие гармоническому физическому развитию;  - развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обуча­ющего;  - развитие этических чувств, доброжелательно и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, понимания и сопережива­ния чувствам других людей;  -развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | |
| 2 |  |  | Общеразвивающие игры.  Игра «Кто ушёл?». |
| 3 |  |  | Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. Игра «Съедобное - несъедобное» |
| 4 |  |  | Игры с прыжками. Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг?» |
| 5 |  |  | Игры со скакалками.  Игра «Рыбак» |
| 6 |  |  | Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. Игра «Выбивалы» |
| 7 |  |  | Общеразвивающие игры. Игра «Западня». |
| 8 |  |  | Эстафета «Веселые старты» |
| 9 |  |  | Игры на закрепление и совершенствование навыков бега. «К своим флажкам» |
| 10 |  |  | Игры с прыжками.  «Прыгающие воробышки». |
| 11 |  |  | Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. Подвижная игра «Выстрел в небо». |
| 12 |  |  | Игры со скакалками.  Подвижная игра  «Охотники и утки». |
|  |  |  |
| 13 |  |  | Общеразвивающие игры. Подвижная игра «Кузнечики». |
| 14 |  |  | Игры на закрепление и совершенствование развития скоростных способностей.  Игра «Пустое место». |
| 15 |  |  | Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. Игра «Не скажу». |
|  |  |  |
| 16 |  |  | Общеразвивающие игры. Подвижная игра «Лиса и куры». |
| 17-18 |  |  | Игры на внимание. Игра «Сова».  Игры со скакалками.  Подвижная игра «Два мороза». |
| 19 |  |  | Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность.  Игра «Точный расчет». |
| 20 |  |  | Эстафета «Веселые старты». |
| 21 |  |  | Общеразвивающие игры. Подвижная игра «Кот и мыши». |
| 22 |  |  | Игры с использованием скакалки. Подвижная игра «Невод». |
|  |  |  |
| 23 |  |  | Подвижные игры на материале футбола: «Точная передача»,  «Мяч в ворота». |
| 24 |  |  | Эстафеты с бегом на скорость. Подвижная игра «Заяц без дома». |
| 25 |  |  | Игры на закрепление и совершенствование навыков бега. Подвижная игра «Западня». |
| 26 |  |  | Общеразвивающие игры. Подвижная игра «Ворота». |
| 27 |  |  | Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность.  Игра «Подвижная цель». |
| 28 |  |  | Игры со скакалками.  Игра «Охотники и утки». |
| 29 |  |  | Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках. |
| 30 |  |  | Подвижные игры на материале футбола: «Точная передача»,  «Мяч в ворота». |
| 31 |  |  | Общеразвивающие игры.  Игра «Салки» |
| 32 |  |  | Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность. |
| 33 |  |  | Общеразвивающие игры.  Игра «Шмель» |
| 34 |  |  | Урок – соревнование  «Мы спортивные ребята». |

**5. Оценка достижений обучающихся по физической культуре**

Важным моментом итоговой оценки освоения обучающимися программы по физической культуре является достижение предметных и метапредметных результатов.

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

***Классификация ошибок и недочетов,*** ***влияющих на снижение оценки***

***Мелкими ошибками*** считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

***Значительные ошибки*** – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

1. старт не из требуемого положения;
2. отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
3. бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
4. несинхронность выполнения упражнения.

***Грубые ошибки*** – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

По мере прохождения учебного материала по физической культуре проводится текущий контроль освоения учебного материала и выполнения учебных нормативов по видам двигательной деятельности.

Физическая подготовленность проверяется при стартовом контроле и сдаче контрольных нормативов в конце учебного года по шести основным тестам: скоростным, скоростно-силовым, силовым, выносливости, координации, гибкости, силы.

**6. Учебно-методический комплект,**

**материально-техническое обеспечение образовательного процесса.**

**6.1. Учебно-методический комплект:**

1. Егоров Б.Б. Физическая культура: учебник для учащихся 1-2 классов начальной школы. В 2 частях.– М.: Баласс, 2011
2. Авторская программа В.И. Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–4 классов».
3. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре  1-4  класс – М.: Вако, 2008
4. Корбакова И.Н., Терешина Л.В. Деятельностный метод обучения: описание технологии, конспекты уроков. – М.: Баласс, 2010
5. Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»

**6.2. Учебно-практическое оборудование**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Мячи резиновые малые 2. Мячи набивные весом 1 кг 3. Мячи волейбольные 4. Мячи футбольные 5. Мячи баскетбольные 6. Палки гимнастические 7. Скакалки детские 8. Обруч пластиковый детский 9. Кегли | 1. Скамейка гимнастическая мягкая 2. Скамейка гимнастическая жесткая 3. Маты гимнастические 4. Бревно гимнастическое напольное 5. Стенка гимнастическая 6. Сетка волейбольная 7. Щит баскетбольный тренировочный 8. Рулетка измерительная 9. Мишень для метания |

**6.3. Перечень медиатеки**

1. Диск «Тематическое планирование. Начальная школа» Программа «Школа 2100». – Волгоград: Учитель, 2010
2. Интернет – ресурсы: www.school2100.ru

http://school-collection.edu.ru

http://window.edu.ru

[www.edu.ru](http://www.edu.ru)

**6.4. Технические средства обучения**

1. Компьютер учителя
2. Мультимедийный проектор
3. Доска интерактивная прямой проекции