

## Аннотация к рабочей программе по физическому воспитанию, 1-4 классы

Рабочая программа составлена и ориентирована на учащихся 1-4 классов по программе специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида и реализуется на основе единой концепции специального Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования под ред. Воронкова В.В.: Сб.1. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2005. Физическая культура в общеобразовательном учреждении для детей с ОВЗ является составной частью всей системы работы с умственно отсталыми детьми. Рабочая программа по предмету физическая культура разработана на основе ФГОС НОО, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Задачи:

- коррекция и компенсация нарушений физического развития.
- развитие двигательных возможностей в процессе обучения.
- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков.
- развитие у учащихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физкультуре.
- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим в основе обучения должны просматриваться следующие принципы:

1. индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
2. коррекционная направленность обучения;
3. оптимистическая направленность обучения;
4. комплексность обучения на основе психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Одним из ведущих требований к проведению уроков физкультуры в начальных классах является широкое использование дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся.

Форма организации учебного процесса урок, урок-игра. В соответствии с нормами ФГОС

Исходными документами для составления данной рабочей программы являются:

- Конституция Российской Федерации.
- Конвенция о правах ребенка.
- Декларация о правах умственно отсталых лиц от 20 декабря 1971 г.
- Декларация о правах инвалидов от 9 декабря 1975 года:
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (принят Государственной Думой 3 июля 1998 года; одобрен Советом Федерации 9 июля 1998 года).
- Федеральный закон от 24.11.1995года №181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации».
- Федеральный Закон от 29.12.2013 года №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Закон Республики Татарстан «Об образовании»; №68-ЗРТ 22.07.2013 г., принятого Государственным Советом РТ от 28.06.2013 г.

- Типовое положение о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии (утверждено Постановлением Правительства РФ № 288 от 12 марта 1997 г.): (в ред. Постановлений Правительства РФ от 10.03.2000 N 212, от 23.12.2002 N 919, от 01.02.2005 N 49)
- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 27 июня 2003 г. № 28-51-513/16 «Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования»
- Приказ Минобразования РФ от 10.04.2002 № 29/2065 – об утверждении учебных планов Специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии.
- Письмо Минобразования РФ от 24 января 2003 г. N 01-50-25/32-05 «О защите конституционных прав на образование детей-инвалидов, страдающих умственной отсталостью.
- Приказ Минобразования РФ от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
- Базисный учебный план специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии, утвержденного МО РТ, дополнение к приказу МО РФ 10.04.2002 г. № 29/2065-п.
- Постановление Кабинета Министров РТ №135 от 04.03.2015г «Об утверждении Порядка регламентации и оформления отношений государственной или муниципальной образовательной организации и родителей (законных представителей) обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов в части организации обучения по основным общеобразовательным программам на дому или в медицинских организациях.
- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189).
- Санитарные правила устройства, оборудования, содержания и режима специальных образовательных школ для детей, имеющих недостатки в физическом и умственном развитии» СП 4076-86.
- Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования.
- Учебники, компьютерные технологии, Интернет.
- Опыт учителей, предметная литература, общение с преподавателями вузов, связь с учреждениями дополнительного образования, музеями, экскурсии.

Программа по физической культуре рассчитана на 3 часа в неделю. Всего: 1 класс: 99 часов (33 недели), 2-4 классы: 105 часов (35 недель). Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной группе здоровья от уроков физкультуры не освобождаются, а занимаются со всеми, к ним применяется индивидуальный подход.

Все физические упражнения в программе по физической культуре 1–4 классов представлены разделами:

«Гимнастика, акробатика», «Легкая атлетика», «Подвижные игры, коррекционные упражнения и игры», «Лыжная подготовка», «Экскурсии».

№	Разделы	Краткое содержание раздела
---	---------	----------------------------

1	Гимнастика	Маршировка, строение перестроение, смыкание и размыкание, гимнастические и акробатические элементы и упражнения. Лазание и перелезание, равновесие, опорные прыжки, развитие координационных способностей, танцевальное упражнение.
2	Легкая атлетика	Ходьба, бег, метание, прыжки.
3	Подвижные игры, коррекционные игры	Подвижные игры коррекционные игровые упражнения.
4	Лыжная подготовка	Умение передвигаться на лыжах. Переноска лыж.
5	Способы физкультурной деятельности.	Правила поведения в физкультурном зале. Правила при занятиях физическими упражнениями

В целях контроля в 1-4 классах 2 раза в год (в сентябре и мае) проводится учёт двигательных возможностей и подготовленности обучающихся. Челночный бег 3х10 м., прыжкам в длину и с места, метанию на дальность. Для детей с нарушением двигательной активности проводится теоретические тесты.

Оценка по предмету «Физическая культура» определяется в зависимости от степени овладения учащимися двигательными умениями (качество) и результатом, строго индивидуально.

**Целью** реализации программы физического воспитания в начальной школе является:

- содействие всестороннему развитию, направленному на формирование физической культуры личности школьника;
- система физического воспитания объединяет все формы занятий физическими упражнениями и должна способствовать социализации ученика в обществе. Учитывая особенности в работе с данной категорией детей: это разнородность по возрасту, психическим, двигательным и физическим данным физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим и трудовым воспитанием;
- разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания.

Реализация цели рабочей программы соотносится с решением следующих **задач**:

коррекция и компенсация нарушений физического развития;

формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

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.

Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физической культурной деятельности. В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися предмета физической культурной деятельности с общеразвивающей направленностью, входят:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

В связи с внедрением реализации рабочей программы по воспитанию, включены следующие модули:

### **Планируемые результаты**

Результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью адаптированной образовательной программы начального образования оцениваются как итоговые на момент завершения начального образования. Освоение АОП начального образования обеспечивает достижение обучающимися с умственной отсталостью двух видов результатов: личностных и предметных.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели

современного образования -введения обучающихся с умственной отсталостью в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

#### ***Личностные результаты:***

- Формирование 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 обучения, принятие и освоение социальной роли обучающегося.
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоциональной 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 этических потребностей, ценностей и чувств.
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Предметные результаты:**

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального, психического), о ее позитивном влиянии на человека (физическое, эмоциональное, интеллектуальное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.
- Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры).
- Формирование навыка наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела, ) показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации)

**Содержание тем учебного курса.**

Разделы	Классы			
	1	2	3	4
Основные знания	Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание. Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках. Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями			
Гимнастика	Основная стойка			
Строевые упражнения	Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Построение в одну шеренгу, равнение по разметке. Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки. Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне. Повороты по ориентирам. Выполнение команд: «Встать!», «Сесть!», «Пошли!», «Побежали!», «Остановились!»	Построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!». Перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем. Перестроение из колонны по одному в колонну по двое через	Построение в колонну, шеренгу по инструкции учителя. Повороты на месте (направо, налево) под счет. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два через середину зала в движении с поворотом. Выполнение команд: «Шире шаг!», «Реже шаг!»	Сдача рапорта. Поворот кругом на месте. Расчет на «первый — второй». Перестроение из одной шеренги в две и наоборот. Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении с поворотом

		середину, взявшись за руки. Расчет по порядку		
Общеразвивающие упражнения без предметов	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении. Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук. Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки. Простые комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений			
Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами	Комплексы упражнений с гимнастическими палками, фляжками, малыми обручами, большими и малыми мячами	Комплексы упражнений с гимнастическими палками, фляжками, малыми обручами, большими и малыми мячами. Комплексы упражнений со скакалками	Комплексы упражнений с гимнастическими палками, фляжками, малыми обручами, большими и малыми мячами. Комплексы упражнений со скакалками. Комплексы с набивными мячами	Комплексы упражнений с гимнастическими палками, фляжками, малыми обручами, большими и малыми мячами. Комплексы упражнений со скакалками. Комплексы с набивными мячами. Комплексы с обручами
Элементы акробатических упражнений	Группировка лежа на спине, в упоре стоя на коленях. Перекаты в положении лежа в разные стороны	Кувырок вперед по наклонному мату, стойка на лопатках, согнув ноги	Перекаты в группировке. Из положения лежа на спине «мостик». 2—3 кувырка вперед (строго индивидуально)	Кувырок назад, комбинация из кувырков, «мостик» с помощью учителя
Лазанье	Передвижение на четвереньках по коридору шириной 20—25 см, по гимнастической скамейке. Произвольное лазанье по гимнастической стенке, не пропуская реек. Подлезание под препятствие и перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке (угол 20°) одноименным и разноименным способами. Передвижение на четвереньках по полу по кругу на скорость и с выполнением заданий (с толканием мяча). Перелезание со скамейки на скамейку произвольным способом	Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз разноименным и одноименным способами, в сторону приставными шагами, по наклонной гимнастической скамейке (угол 20° — 30°) с опорой на стопы и кисти рук. Пролезание сквозь гимнастические обручи	Лазанье по гимнастической стенке с переходом на гимнастическую скамейку, установленную наклонно, и слезание по ней произвольным способом. Лазанье по канату произвольным способом. Перелезание через бревно, коня, козла
Висы	Упор в положении присев и лежа на матах	В висе на гимнастической стенке сгибание и разгибание	Вис на гимнастической стенке на согнутых руках.	Вис на рейке гимнастической стенки на

		ног. Упор на гимнастической стенке в положении стоя, меняя рейки	Упор на гимнастическом бревне и на скамейке, гимнастическом козле	время, на канате с раскачиванием. Подтягивание в висе на канате, стоя на полу ноги врозь
Равновесие	Ходьба по коридору шириной 20 см. Стойка на носках (3—4 с). Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук. Кружение на месте и в движении	Ходьба по гимнастической скамейке с предметами (по выбору), на носках с различным движением рук, боком приставными шагами, по наклонной скамейке. Ходьба по полу по начертанной линии	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет, по рейке гимнастической скамейки, с доставанием предметов с пола в положении приседа. Стойка на одной ноге, другая в сторону, вперед, назад с различными положениями рук	Ходьба по наклонной доске (угол 20°). Расхождение вдвоем поворотом при встрече на полу и на гимнастической скамейке. Равновесие «ласточка». Ходьба по гимнастическому бревну высотой 60 см
Опорные прыжки	-	-	Подготовка к выполнению опорных прыжков. Прыжок боком через гимнастическую скамейку с опорой на руки. Прыжок в глубину из положения приседа	Опорный прыжок через гимнастического козла: наскок в упор на колени, соскок с поворотом направо, налево с опорой на руку; в упор на колени, упор присев, соскок прогнувшись
Ходьба	Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе. Ходьба парами, взявшись за руки. Ходьба с сохранением правильной осанки, на носках, на пят-	Ходьба с высоким подниманием бедра, в полуприседе, с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с перешагиванием	Ходьба в различном темпе, с выполнениями упражнений для рук. Ходьба с контролем и без контроля зрения	Ходьба в быстром темпе (наперегонки). Ходьба в приседе. Сочетание различных видов ходьбы
Бег	Медленный бег с сохранением осанки, в колонне за учителем с	Бег на месте с высоким подниманием бедра, на носках (медленно), с	Понятие <i>высокий старт</i> . Медленный бег до 3 мин (сильные дети). Бег в	Понятие <i>низкий старт</i> . Быстрый бег на месте до 10 с. Челночный бег (3×10 м).

	изменением направлений. Перебежки группами и по одному. Чередование бега с ходьбой до 30 м (15 м — бег, 15 м — ходьба)	преодолением простейших препятствий, бег на скорость до 30 м. Медленный бег до 2 мин	чередованием с ходьбой до 100 м. Челночный бег ( $3 \times 5$ м). Бег на скорость до 40 м. Понятие <i>эстафетный бег</i> (встречная эстафета)	Бег с преодолением небольших препятствий на отрезке 30 м. Понятие <i>эстафета</i> (круговая). Расстояние 5—15 м
Прыжки	Прыжки в длину с места (с широким использованием подводящих, различных по форме прыжков)	Прыжки в длину и высоту с шага (с небольшого разбега, 3—4 м, в высоту с прямого разбега)	Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед, до 15 м. Прыжки в длину (место отталкивания не обозначено) способом <i>согнув ноги</i> . Ознакомление с прыжком с разбега способом <i>перешагивание</i>	Прыжки с ноги на ногу до 20 м, в высоту способом <i>перешагивание</i> (внимание на мягкость приземления). Прыжки в длину с разбега (зона отталкивания — 60—70 см), на результат (внимание на технику прыжка)
Метание	Подготовка кистей рук к метанию. Упражнения на правильный захват мяча, своевременное освобождение (выпуск) его. Броски и ловля мячей. Метание малого мяча с места правой и левой рукой	Метание малого мяча по горизонтальной и вертикальной цели с расстояния 2—6 м с места и на дальность. Броски большого мяча двумя руками из-за головы (в парах)	Метание малого мяча левой, правой рукой на дальность в горизонтальную и вертикальную цель (баскетбольный щит с учетом дальности отскока на расстоянии 4—8 м) с места	Метание мячей в цель (на стене, баскетбольный щит, мишень) и на дальность, ширина коридора
Лыжная подготовка (по выбору для 1 класса, основная — для 2—4 классов)	Одежда и обувь для занятий на улице в зимний период. Ходьба на месте с подниманием носков лыж. Ходьба приставным шагом. Ходьба ступающим шагом. Прогулки на лыжах	Переноска лыж. Ступающий шаг без палок и с палками. Скользящий шаг. Повороты на месте «переступанием» вокруг пяток лыж. Передвижение на лыжах до 600 м (за урок)	Построение в одну шеренгу с лыжами и на лыжах. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Передвижение скользящим шагом по учебной лыжне. Подъем ступающим шагом на склон, спуск с горки в	Выполнение распоряжений в строю: «Лыжи положить!», «Лыжи взять!». Ознакомление с попеременным двухшажным ходом. Подъем «елочкой», «лесенкой». Спуски в средней стойке. Передвижение на лыжах (до 1,5 км за урок)

			основной стойке. Передвижение на лыжах (до 800 м за урок)	
Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах). Построение в колонну с интервалом на вытянутые руки. Построение в круг по ориентиру. Увеличение и уменьшение круга движением вперед, назад, на ориентир, предложенный учителем. Шаг вперед, назад, в сторону и воспроизведение его с закрытыми глазами. Ходьба по ориентирам, начертанным на полу. Прыжок в длину с места в ориентир	Построение в шеренгу с изменением места построения по заданному ориентиру (чайка, квадрат, круг). Движение в колонне с изменением направлений по установленным на полу ориентирам. Повороты к ориентирам без контроля зрения в момент поворота. Шаг вперед, шаг назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами. Лазанье по определенным ориентирам, изменение направления лазанья. Подбрасывание мяча вверх до определенного ориентира. Выполнение исходных положений рук по словесной инструкции учителя. Выполнение различных упражнений без контроля и с	Перестроение из круга в квадрат по ориентирам. Ходьба до различных ориентиров. Повороты направо, налево без контроля зрения. Принятие исходных положений рук с закрытыми глазами по команде учителя. Ходьба вперед по гимнастической скамейке с различными положениями рук, ног (одна нога идет по скамейке, другая — по полу). Прыжок в высоту до определенного ориентира. Дозирование силы удара мячом об пол с таким условием, чтобы он отскочил на заданную высоту: до колен, до пояса, до плеч. Ходьба на месте под счет учителя от 15 до 10 с, затем выполнение данной ходьбы с оп-	Построение в шеренгу, в колонну с изменением места построения (в квадрат, в круг). Ходьба по ориентирам. Бег по начертанным на полу ориентирам. Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Прыжки в высоту до определенного ориентира с контролем и без контроля зрения. Броски мяча в стену с отскоком его в обозначенное место. Ходьба на месте от 5 до 15 с. Повторить задание и самостоятельно остановиться. Ходьба в колонне приставными шагами до определенного ориентира (6—8 м) с определением затраченного времени
Подвижные игры	«Слушай сигнал», «Космонавты»	«Отгадай по голосу», «Карусели», «Что изменилось?», «Волшебный мешок»	«Два сигнала», «Запрещенное движение»	«Музыкальные змейки», «Найди предмет»

Коррекционные игры	«Запомни порядок», «Летает — не летает»	-	-	-
Игры с элементами общеразвивающих упражнений	«Вот так позы!», «Совушка», «Слушай сигнал», «Удочка», «Мы — солдаты»	«Салки маршем», «Повторяй за мной», «Веревочный круг», «Часовые и разведчики»	«Шишки, желуди, орехи», «Самые сильные», «Мяч — соседу»	«Светофор», «Запрещенное движение», «Фигуры»
Игры с бегом и прыжками	«Гуси-лебеди», «Прыгающие воробушки», «Быстро по местам!», «Кошка и мышки»	«У ребят порядок строгий», «Кто быстрее?», «У медведя во бору», «Пустое место»	«Пятнашки маршем», «Прыжки по полоскам», «Точный прыжок», «К своим флагжкам»	«Кто обгонит?», «Пустое место», «Бездомный заяц», «Волк во рву», «Два Мороза»
Игры с бросанием, ловлей и метанием	«Метко в цель», «Догони мяч», «Кого назвали — тот и ловит»	«Охотники и утки», «Кто дальше бросит?»	«Зоркий глаз», «Попади в цель», «Мяч — среднему», «Гонка мячей по кругу»	«Подвижная цель», «Обгони мяч»
Игры зимой	«Снайпер», «К Деду Морозу в гости»	«Лучшие стрелки»	«Вот так карусель!», «Снегурочка»	«Снежком по мячу», «Крепость»
Пионербол				Игра «Пионербол», ознакомление с правилами игры. Передача мяча руками, ловля его. Подача одной рукой снизу, учебная игра
<b>Кол –во часов</b>	<b>99 часов</b>	<b>105 часов</b>	<b>105 часов</b>	<b>105 часов</b>
<b>Всего за курс 414 часов</b>				

### Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов

В результате изучения **предмета** на уровне начального образования у выпускников **в максимальной степени осуществимости** будут сформированы **личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные** базовые учебные действия как основа умения учиться.

минимальный	достаточный
-Представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки	-Практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов

<p>человека.</p> <p>-Выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя.</p> <p>-Знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение.</p> <p>-Выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд; представления о двигательных действиях.</p> <p>-Знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений.</p> <p>-Ходьба в различном темпе с различными исходными положениями.</p> <p>-Взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя.</p> <p>-Знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.</p>	<p>физической культуры.</p> <p>-Самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики.</p> <p>-Владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки).</p> <p>-Выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.</p> <p>-Подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.</p> <p>-Совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах.</p> <p>-Оказание посильной помощь и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях.</p> <p>-Знание спортивных традиций своего народа и других народов.</p> <p>-Знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности.</p> <p>-Знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя.</p> <p>-Знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни.</p> <p>-Соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.</p>
---	---

#### Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе

<b>Учащиеся должны знать</b>	<b>Класс</b>	<b>Учащиеся должны уметь</b>
-правила изучаемых игр; -правила выборы одежда и обуви для занятий на улице в зимний период;	1	- выполнять команды учителя; - строиться в одну колонну, шеренгу; - произвольно лазать по гимнастической стенке; - ходить с сохранением правильной осанки, на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы; - прыгать в длину с места; - бросать и ловить мяч; - ходить на лыжах приставным шагом, ступающим шагом; - играть в подвижные игры.
-правила изучаемых игр; -правила переноски лыж;	2	- выполнять команды учителя; - строиться в одну колонну, шеренгу, осуществлять перестроение; - лазать по наклонной гимнастической скамейке; - ходить с высоким подниманием бедра, в полуприседе, с различными положениями рук, с перешагиванием через предмет; - прыгать в длину и в высоту; - метать мяч в цель; - ходить на лыжах скользящим, ступающим шагом; - играть в подвижные игры.
-правила изучаемых игр; - понятие «высокий старт», «эстафетный бег».	3	- выполнять команды учителя; - строиться в одну колонну, шеренгу, осуществлять перестроение; - лазать по наклонной гимнастической скамейке, гимнастической стенке; - выполнять эстафету; - прыгать в длину и в высоту; - метать мяч в цель; - ходить на лыжах скользящим шагом, осуществлять подъем ступающим шагом на склон, спуск с горки в основной стойке. - играть в подвижные игры.
-правила поведения в физкультурном зале, на -	4	-осуществлять построение и перестроение в шеренгу, колонну;

Учащиеся должны знать	Класс	Учащиеся должны уметь
<p>спортивной площадке;</p> <p>-подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание;</p> <p>- название снарядов и гимнастических элементов;</p> <p>- понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках;</p> <p>- значение утренней зарядки;</p> <p>- правила безопасности при занятиях физическими упражнениями;</p> <p>- правила изучаемых игр;</p>		<p>- лазать по наклонной гимнастической скамейке, гимнастической стенке, канату произвольным способом;</p> <p>- выполнять опорный прыжок через гимнастического козла;</p> <p>- выполнять бег с преодолением небольших препятствий;</p> <p>- выполнять прыжки в длину с разбега;</p> <p>- метать мяч в цель;</p> <p>- осуществлять подъем «елочкой», «лесенкой», спуски в средней стойке;</p> <p>- играть в подвижные игры.</p>

### Критерии оценки достижения учащихся

#### ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИФФЕРЕНЦИАЦИЯ ПО В.В.ВОРОНКОВОЙ.

	Метод – наблюдение.
<b>1- 2 уровень</b>	<p>– ученики наиболее успешно овладевают программным материалом в процессе фронтального обучения, им доступен некоторый уровень обобщения. Выполняя новую работу, правильно используют имеющийся опыт. Все задания выполняют самостоятельно. Не испытывают затруднения в овладении общетрудовыми умениями. При выполнении сложных заданий им нужна незначительная активизирующая помощь взрослого.</p> <p>– ученики в основном понимают фронтальное объяснение учителя, неплохо запоминают изученный материал, но без помощи сделать элементарные выводы и обобщения не в состоянии. Их отличает меньшая самостоятельность при выполнении заданий. Они нуждаются в организующей и активизирующей помощи учителя, а также в определённой помощи при нахождении той или иной особенности объекта. Перенос знаний в новые условия их в основном не затрудняет, но снижают темп работы и допускают ошибки. На начальном выполнении практического задания они испытывают трудности, сразу разобраться не могут.</p>
<b>3 уровень</b>	ученики с трудом усваивают программный материал. Им трудно определить главное в изучаемом, установить логическую связь частей. Они не понимают фронтальное объяснение учителя, их отличает низкая самостоятельность, у них низкая способность обобщать. Каждое несколько изменённое задание воспринимается ими как новое. Восприятие содержания у них носит фрагментарный характер. Забывание у этих школьников протекает интенсивно(особенно определения, выводы, формулировки правил). Испытывают значительные трудности при планировании предстоящих трудовых действий.
<b>4 группа</b>	ученики овладевают учебным материалом на самом низком уровне. Они не видят ошибок в работе, каждое последующее задание воспринимается ими как новое, практически не могут планировать выполнение трудовых операций. Они не могут обобщать и исключать, неадекватно переносят ранее известное в новые условия. В технологических картах они не разбираются и не всегда ими руководствуются.

