**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Основная общеобразовательная Котовская школа»**

**Приложение №\_\_\_\_\_\_\_\_**

**к основной образовательной программе**

**основного общего образования**

**МБОУ «Котовская ООШ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по учебному курсу «Физическая культура»**

**( 1-4 классы)**

с.Котово 2023

Содержание

1. Пояснительнаязаписка
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета
3. Содержание учебного предмета
4. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы\*\*

1.Пояснительнаязаписка.

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Цель программы:

Целью школьногофизического воспитания является формирование разносторонне физическиразвитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепленияидлительногосохранениясобственногоздоровья,оптимизациитрудовойдеятельностииорганизацииактивногоотдыха.

Задачи:

* содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки,развитиеустойчивостиорганизмакнеблагоприятнымусловиямвнешнейсреды,воспитаниеценностныхориентацийназдоровыйобразжизниипривычкисоблюденияличнойгигиены;
* обучениеосновамбазовыхвидовдвигательныхдействий
* дальнейшееразвитиекоординационных(ориентированиевпространстве,перестроениедвигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений,ритм,равновесие,точностьвоспроизведенияидифференцированияосновныхпараметровдвижений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы игибкости);
* формированиеосновзнанийоличнойгигиене,овлияниизанятийфизическимиупражненияминаосновные системыорганизма,развитиеволевыхинравственныхкачеств;
* углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре,соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи притравмах;
* воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избраннымивидамиспортавсвободноевремя;
* формированиеадекватнойоценки собственныхфизическихвозможностей;
* воспитаниеинициативности,самостоятельности,взаимопомощи,дисциплинированности,чувства ответственности;
* содействие развитию психических процессов и обучение

основам психической саморегуляции;

Количество часов:

Сроки реализации программы –4 года

1. класс–66ч (2ч. в неделю, 33 учебных недели);
2. класс –68ч (2 ч в неделю, 34 учебных недели);
3. класс –68ч (2 ч в неделю, 34 учебных недели);
4. класс –68ч (2 ч в неделю, 34 учебных недели);

\*Возможно увеличение часов до 3-х в неделю за счет части, формируемой участниками образовательных отношений.

2. Планируемые результатыосвоения учебного предмета

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

* становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
* формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
* проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
* уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
* стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
* проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия**:

* сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
* выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
* объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

**Коммуникативные универсальные учебные действия**:

* взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
* использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
* оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

**Регулятивные универсальные учебные действия**:

* выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
* самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу обучения обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

* объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
* осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
* приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
* приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
* проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
* демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
* демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
* демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
* выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
* выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
* демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору обучающегося);
* выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
* выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

3.Содержаниеучебногопредмета

Содержание рабочей программы по предмету «Физическая культура»для1-4 классов соответствует содержанию авторской программыЛях В.И. Физическая культура. Примерныерабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы: учебное пособие дляобщеобразовательныхорганизаций/В.И.Лях.–М.:Просвещение,2019.

4.Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

1. **класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п\п | Наименование раздела (темы) | Количество часов в примерной (авторской)  программе | Количество часов в соответствии с рабочей  программой 2 часа | Основные направления воспитательной деятельности\* |
| 1. | Основы знаний офизическойкультуре | В процессе уроков  1,2,3,4,5,6,7 | | |
| 2. | Легкаяатлетика | - | 14 | 2,3,7 |
| 3. | Гимнастика с основамиакробатики | - | 14 | 4,7,8 |
| 4. | Спортивныеигры | - | 23 | 1,2,5,7 |
| 5. | Лыжнаяподготовка\*\*\* | - | 15 | 2,7 |
|  | **Итого** | **102** | **66** |  |

1. класс

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п\п | Наименование раздела (темы) | Количество часов в примерной (авторской) программе | Количество часов в соответствии с рабочей программой  2 часа | Основные направления воспитательной деятельности\* |
| 1. | Основы знаний офизическойкультуре | В процессе уроков 1,2,3,4,5,6,7 | | |
| 2. | Легкаяатлетика | - | 15 | 2,3,7 |
| 3. | Гимнастика с основамиакробатики | - | 14 | 4,7,8 |
| 4. | Спортивныеигры | - | 24 | 1,2,5,7 |
| 5. | Лыжнаяподготовка\*\*\* | - | 15 | 2,7 |
|  | **Итого** | **102** | **68** |  |

1. **класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п\п | Наименование раздела (темы) | Количество часов в примерной (авторской) программе  3 часа | Количество часов в соответствии с рабочей программой  2часа | Основные направления воспитательной деятельности\* | |
| 1. | Основы знаний о физической культуре | В процессе уроков 1,2,3,4,5,6,7 | | |
| 2. | Легкая атлетика | - | 20 | 2,3,7 | |
| 3. | Гимнастика с основами акробатики | - | 15 | 4,7,8 | |
| 4. | Спортивные игры | - | 19 | 1,2,5,7 | |
| 5. | Лыжнаяподготовка\*\*\* |  | 14 | 2,7 | |
|  | **Итого** | **102** | **68** |  | |

1. класс

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п\п | Наименование раздела (темы) | Количество часов в примерной (авторской) программе | Количество часов в соответствии с рабочей программой  2 часа | Основные направления воспитательной деятельности\* |
| 1. | Основы знаний о физической культуре | В процессе уроков 1,2,3,4,5,6,7 | | |
| 2. | Легкаяатлетика | - | 23 | 2,3,7 |
| 3. | Гимнастика с основамиакробатики | - | 18 | 4,7,8 |
| 4. | Спортивныеигры | - | 18 | 1,2,5,7 |
| 5. | Лыжнаяподготовка\*\*\* | - | 9 | 2,7 |
|  | **Итого** | **102** | **68** |  |

\*\*Основные направления воспитательной деятельности:

1) Гражданское воспитание;

2) Патриотическое воспитание;

3) Духовно-нравственное воспитание;

4) Эстетическое воспитание;

5)Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия;

6)Трудовое воспитание;

7) Экологическое воспитание;

8)Ценности научного познания.

\*\*\*В связи с климатическими условиями возможна замена количества часов данного раздела на двигательную активность на свежем воздухе.