

Тремасова Ирина
Николаевна

Подписан: Тремасова Ирина Николаевна
DN: C=RU, S=Ульяновская область, L=г. Рокотушка, T=Директор,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РОКОТУШИНСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ ПОЛНОГО
КАВАЛЕРА ОРДЕНА СЛАВЫ Н.П.СОЛОВЬЕВА, CN=Ирина Николаевна,
ИИН=731301838607, E=vykopalnova@mail.ru, S=Ирина Николаевна,
SN=Тремасова, CN=Тремасова Ирина Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023-10-16 16:13:27
Foxit Reader: Версия: 9.7.0

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
Рокотушинская основная школа
имени полного кавалера ордена Славы Н.П.Соловьёва**

РАССМОТРЕНО
на заседании методического
совета школы
Протокол № 1 от 29.08 .2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ Рокотушинской
основной школы им.Н.П.Соловьёва
И.Н.Тремасова
Пр.№ 16-Д от 31.08.2023 г.

**Рабочая программа
по физической культуре
для 3 класса**

**Составил: учитель физической культуры
Иванов Алексей Николаевич**

2023-2024 г

Аннотация к рабочей программе.

Рабочая программа составлена на основе авторской учебной программы «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы» В. И. Лях, учебника Лях В. И. Физическая культура. 1-4 кл.: учеб. для общеобразовательных организаций.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач**:

- укреплять здоровье, улучшать осанку, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формировать первоначальные умения саморегуляции средствами физической культуры;
- овладевать школой движений;
- развивать координационные (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритм, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ориентирование в пространстве) и кондиционные (скоростные, скоростно-силовые, выносливость и гибкость) способности;
- формировать элементарные знания о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- вырабатывать представления об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формировать установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщать к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость во время выполнения физических упражнений, содействовать развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

В рабочей программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с элементами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжная подготовка». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

Материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

Место учебного предмета в учебном плане

Программа курса «Физическая культура» в 3 классе рассчитана на 102 часов в год (по 3 часа в неделю).