# АННОТАЦИЯ

Рабочая программа начального общего образования по физической культуре составлена на основетребований к результатам освоения основной образовательной программы начального общегообразования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начальногообщего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примернойпрограммевоспитания(одобрена решениемФУМОот02.06.2020 г.).

При создании программы учитывались потребности современного российского общества ввоспитании здорового поколения, государственная политика с национальными целями увеличенияпродолжительности жизни граждан России и научная теория физической культуры, представляющаязакономерности двигательной деятельности человека. Здоровье закладывается в детстве, икачественноеобразованиевчастифизическоговоспитания,физическойкультурыдетейдошкольногоиначального возраста определяетобразжизни на многиегоды.

Основными составляющими в классификации физических упражнений по признаку историческисложившихсясистемфизическоговоспитанияявляютсягимнастика,игры,туризм,спорт.

По данной классификации физические упражнения делятся на четыре группы: гимнастическиеупражнения, характеризующиеся многообразием искусственно созданных движений и действий,эффективность которых оценивается избирательностью воздействия на строение и функцииорганизма, а также правильностью, красотой и координационной сложностью всех движений;игровые упражнения, состоящие из естественных видов действий (бега, бросков и т.п.), которыевыполняются в разнообразных вариантах в соответствии с изменяющейся игровой ситуацией иоцениваются по эффективности влияния на организм в целом и по конечному результату действия;туристические физические упражнения, включающие ходьбу, бег, прыжки, преодоление препятствий,ходьбу на лыжах, езду на велосипеде, греблю в естественных природных условиях, эффективностькоторых оценивается комплексным воздействием на организм и результативностью преодолениярасстояния и препятствий на местности; спортивные упражнения объединяют ту группу действий,исполнение которых искусственно стандартизировано в соответствии с Единой всесоюзнойспортивной классификацией и является предметом специализации для достижения максимальныхспортивныхрезультатов.

Основные предметные результаты по учебному предмету «Физическая культура» в соответствии сФедеральнымгосударственнымобразовательнымстандартомначальногообщегообразования(далее

— ФГОС НОО) должны обеспечивать умение использовать основные гимнастические упражнениядля формирования и укрепления здоровья, физического развития, физического совершенствования,повышенияфизической и умственнойработоспособности.

В программе отведено особое место упражнениям основной гимнастики и играм с использованиемгимнастических упражнений. Овладение жизненно важными навыками гимнастики позволяет решитьзадачу овладения жизненно важными навыками плавания. Программа включает упражнения дляразвития гибкости и координации, эффективность развития которых приходится на возрастнойпериод начальной школы. Целенаправленные физические упражнения позволяют избирательно изначительноих развить.

Программа обеспечивает «сформированность общих представлений о физической культуре испорте, физической активности, физических качествах, жизненно важных прикладных умениях инавыках, основных физических упражнениях (гимнастических, игровых, туристических испортивных)».

Освоение программы обеспечивает выполнение обучающимися нормативов Всероссийскогофизкультурно-спортивногокомплексаГТОидругиепредметныерезультатыФГОСНОО,атакже

позволяет решить воспитательные задачи, изложенные в примерной программе воспитания,одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию(протоколот2 июня2020 года №2/20).

Согласно своему назначению примерная рабочая программа является ориентиром для составлениярабочих программ образовательных учреждений: она даёт представление о целях, общей стратегииобучения, воспитания и развития обучающихся в рамках учебного предмета «Физическая культура»;устанавливаетобязательноепредметноесодержание,предусматриваетраспределениеегопоклассами структурирование по разделам и темам курса, определяет количественные и качественныехарактеристики содержания; даёт примерное распределение учебных часов по тематическим разделами рекомендуемую последовательность их изучения с учётом межпредметных и внутрипредметныхсвязей, логики учебного процесса, возрастных особенностей обучающихся; определяет возможностипредмета для реализации требований к результатам освоения основной образовательной программыначального общего образования, а также требований к результатам обучения физической культуре науровне целей изучения предмета и основных видов учебно-познавательной деятельности / учебныхдействийученика по освоениюучебногосодержания.

В программе нашли своё отражение: Поручение Президента Российской Федерации об обеспечениивнесения в примерные основные образовательные программы дошкольного, начального общего,основного общего и среднего общего образования изменений, предусматривающих обязательноевыполнение воспитанниками и учащимися упражнений основной гимнастики в целях их физическогоразвития (с учётом ограничений, обусловленных состоянием здоровья); условия Концепциимодернизации преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательныхорганизациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы,научныеиметодологическиеподходыкизучениюфизическойкультурывначальнойшколе.

# ОБЩАЯХАРАКТЕРИСТИКАУЧЕБНОГОКУРСА«ФИЗИЧЕСКАЯКУЛЬТУРА»

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельностьчеловекасобщеразвивающейнаправленностьюсиспользованиемосновныхнаправленийфизическойкультуры в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем:гимнастика, игры, туризм, спорт — и упражнений по преимущественной целевой направленности ихиспользования с учётом сенситивных периодов развития учащихся начальной школы. В процессеовладения этой деятельностью формируется костно-мышечная система, укрепляется здоровье,совершенствуются физические качества, осваиваются необходимые двигательные действия, активноразвиваютсямышление, творчествои самостоятельность.

Учебный предмет «Физическая культура» обладает широкими возможностями в использованииформ,средствиметодовобучения.Существеннымкомпонентомсодержанияучебногопредмета

«Физическаякультура»являетсяфизическоевоспитаниегражданРоссии.Учебныйпредмет

«Физическая культура» обогащает обучающихся системой знаний о сущности и общественномзначении физической культуры и её влиянии на всестороннее развитие личности. Такие знанияобеспечивают развитие гармоничной личности, мотивацию и способность обучающихся к различнымвидамдеятельности, повышаютих общуюкультуру.

Программа основана на системе научных знаний о человеке, сущности физической культуры,общих закономерностях её функционирования и использования с целью всестороннего развитиялюдей и направлена на формирование основ знаний в области физической культуры, культурыдвижений, воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных действий,укреплениездоровья.

В программе учтены приоритеты в обучении на уровне начального образования, изложенные вКонцепциимодернизациипреподаванияучебногопредмета«Физическаякультура»в

образовательных организациях Российской Федерации, которые нашли отражение в содержаниипрограммы в части получения знаний и умений выполнения базовых упражнений гимнастики дляправильного формирования опорно-двигательного аппарата, развития гибкости, координации,моторики; получения эмоционального удовлетворения от выполнения физических упражнений вигровойдеятельности.

Программаобеспечиваетсозданиеусловийдлявысокогокачествапреподаванияучебногопредмета

«Физическая культура» на уровне начального общего образования; выполнение требований,определённых статьёй 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» «Охраназдоровья обучающихся», включая определение оптимальной учебной нагрузки, режима учебныхзанятий, создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся;способствует решению задач, определённых в Стратегии развития физической культуры и спорта вРоссийской Федерации на период до 2030 г. и Межотраслевой программе развития школьного спортадо 2024 г., и направлена на достижение национальных целей развития Российской Федерации, аименно:

а)сохранениенаселения,здоровьеиблагополучиелюдей;

б)созданиевозможностейдлясамореализациииразвитияталантов.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственногообразовательногостандартаначального общегообразования.

Восновепрограммылежатпредставленияобуникальностиличностикаждогоучащегосяначальнойшколы, индивидуальных возможностях каждого школьника и ученического сообщества в целом,профессиональных качествах учителей и управленческих команд системы образования, создающихусловия для максимально полного обеспечения образовательных возможностей учащимся в рамкахединогообразовательного пространстваРоссийской Федерации.

Ценностные ориентиры содержания программы направлены на воспитание творческих,компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной,общественной и профессиональной деятельности. Обучение по программе позволяет формировать уобучающихся установку на формирование, сохранение и укрепление здоровья; освоить умения,навыкиведенияздорового ибезопасного образажизни;выполнитьнормы ГТО.

Содержание программы направлено на эффективное развитие физических качеств и способностейобучающихсяначальнойшколы;навоспитаниеличностныхкачеств,включающихвсебяготовностьи способность к саморазвитию, самооценке, рефлексии, анализу; формирует творческоенестандартное мышление, инициативность, целеустремлённость; воспитывает этические чувствадоброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживаниячувствам других людей; учит взаимодействовать с окружающими людьми и работать в команде;проявлятьлидерские качества.

Содержание программы строится на принципах личностно-ориентированной, личностно-развивающейпедагогики,котораяопределяетповышениевниманияккультурефизическогоразвития,ориентации физкультурно-спортивной деятельности на решение задач развития культуры движения,физическоевоспитание.

Важное значение в освоении программы уделено играм и игровым заданиям как простейшей формефизкультурно-спортивной деятельности. В программе используются сюжетные и импровизационно-творческие подвижные игры, рефлексивно-метафорические игры, игры на основе интеграцииинтеллектуального и двигательного компонентов. Игры повышают интерес к занятиям физическойкультурой, а также содействуют духовно-нравственному воспитанию обучающихся. Дляознакомления с видами спорта в программе используются спортивные эстафеты, спортивныеупражненияиспортивныеигровыезадания.Дляознакомлениястуристическимиспортивными

упражнениями в программе используются туристические спортивные игры. Содержание программыобеспечиваетдостаточныйобъёмпрактико-ориентированных знанийиумений.

В соответствии с ФГОС НОО содержание программы учебного предмета «Физическая культура»состоитизследующих компонентов:

1. знанияофизическойкультуре(информационныйкомпонентдеятельности);
2. способыфизкультурнойдеятельности(операциональныйкомпонентдеятельности);
3. физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности),которое подразделяется на физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительнуюдеятельность.

Концепцияпрограммыосновананаследующихпринципах:

*Принцип систематичности и последовательности.* Принцип систематичности ипоследовательности предполагает регулярность занятий и систему чередования нагрузок с отдыхом, атакже определённую последовательность занятий и взаимосвязь между различными сторонами ихсодержания. Учебный материал программы должен быть разделён на логически завершённые части,теоретическая база знаний подкрепляется практическими навыками. Особое внимание в программеуделяется повторяемости. Повторяются не только отдельные физические упражнения, но ипоследовательность их в занятиях. Также повторяется в определённых чертах и последовательностьсамих занятий на протяжении недельных, месячных и других циклов. Принцип систематичности ипоследовательности повышает эффективность динамики развития основных физических качествмладшихшкольниковсучётомихсенситивногопериодаразвития:гибкости,координации,быстроты.

*Принципы непрерывности и цикличности.* Эти принципы выражают основные закономерностипостроения занятий в физическом воспитании. Они обеспечивает преемственность между занятиями,частоту и суммарную протяжённость их во времени. Кроме того, принцип непрерывности тесносвязан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Принцип цикличности заключается вповторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности,улучшаетфизическуюподготовленностьобучающегося.

*Принципвозрастнойадекватностинаправленийфизическоговоспитания.*Программаучитываетвозрастные и индивидуальные особенности детей младшего школьного возраста, что способствуетгармоничномуформированиюдвигательных уменийи навыков.

*Принцип наглядности.* Наглядность обучения и воспитания предполагает как широкоеиспользование зрительных ощущений, восприятия образов, так и постоянную опору на свидетельствавсех других органов чувств, благодаря которым достигается непосредственный эффект от содержанияпрограммы. В процессе физического воспитания наглядность играет особенно важную роль,поскольку деятельность обучающихся носит в основном практический характер и имеет одной изсвоихспециальных задачвсестороннее развитие органовчувств.

*Принцип доступности и индивидуализации.* Принцип доступности и индивидуализации означаеттребование оптимального соответствия задач, средств и методов физического воспитаниявозможностям обучающихся. При реализации принципа доступности учитывается готовностьобучающихся к освоению материала, выполнению той или иной физической нагрузки и определяетсямера доступности задания. Готовность к выполнению заданий зависит от уровня физического иинтеллектуального развития, а также от их субъективной установки, выражающейся впреднамеренном,целеустремлённоми волевомповедении обучающихся.

*Принцип осознанности и активности.* Принцип осознанности и активности предполагаетосмысленное отношение обучающихся к выполнению физических упражнений, осознание ипоследовательностьтехникивыполненияупражнений(комплексовупражнений),техникидыхания,

дозированности объёма и интенсивности выполнения упражнений в соответствии с возможностями.Осознавая оздоровительное воздействие физических упражнений на организм, обучающиеся учатсясамостоятельнои творческирешатьдвигательные задачи.

*Принцип динамичности.* Принцип динамичности выражает общую тенденцию требований,предъявляемых к обучающимся в соответствии с программой, которая заключается в постановке ивыполнении всё более трудных новых заданий, в постепенном нарастании объёма и интенсивности исвязанных с ними нагрузок. Программой предусмотрено регулярное обновление заданий с общейтенденциейкросту физических нагрузок.

*Принцип вариативности.* Принцип вариативности программы предполагает многообразие игибкость используемых в программе форм, средств и методов обучения в зависимости от физическогоразвития, индивидуальных особенностей и функциональных возможностей обучающихся, которыеописаны в программе. Соблюдение этих принципов позволит обучающимся достичь наиболееэффективныхрезультатов.

Освоение программы предполагает соблюдение главных педагогических правил: от известного кнеизвестному, от лёгкого к трудному, от простого к сложному. Планирование учебного материаларекомендуется в соответствии с постепенным освоением теоретических знаний, практических уменийинавыковвучебнойисамостоятельнойфизкультурной,оздоровительнойдеятельности.

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, целью которого являетсяформирование у обучающихся полного представления о возможностях физической культуры. Всодержании программы учитывается взаимосвязь изучаемых явлений и процессов, что позволитуспешнодостигнутьпланируемыхрезультатов—предметных,метапредметныхиличностных.

# ЦЕЛИИЗУЧЕНИЯУЧЕБНОГОПРЕДМЕТА«ФИЗИЧЕСКАЯКУЛЬТУРА»

Цели изучения учебного предмета «Физическая культура» — формирование разностороннефизически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры дляукрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности иорганизацииактивного отдыха.

Цели и задачи программы обеспечивают результаты освоения основной образовательнойпрограммы начального общего образования по учебному предмету «Физическая культура» всоответствиис ФГОСНОО.

К направлению первостепенной значимости при реализации образовательных функций учебногопредмета «Физическая культура» традиционно относят формирование знаний основ физическойкультуры как науки области знаний о человеке, прикладных умениях и навыках, основанных нафизических упражнениях для формирования и укрепления здоровья, физического развития ифизического совершенствования, повышения физической и умственной работоспособности, и какодногоизосновных компонентовобщей культуры человека.

Используемые в образовательной деятельности технологии программы позволяют решатьпреемственнокомплексосновныхзадачфизическойкультурынавсехуровняхобщегообразования.

В содержании программы учтены основные направления развития познавательной активностичеловека,включаязнанияоприроде(медико-биологическиеосновыдеятельности),знанияочеловеке(психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологическиеосновыдеятельности).

Задача учебного предмета состоит в формировании системы физкультурных знаний, жизненноважных прикладных умений и навыков, основанных на физических упражнениях для укрепленияздоровья (физического, социального и психологического), освоении упражнений основнойгимнастики, плавания как жизненно важных навыков человека; овладение умениями организовыватьздоровьесберегающуюжизнедеятельность(распорядокдня,утренняягимнастика,гимнастически

минутки, подвижные и общеразвивающие игры и т.д.); умении применять правила безопасности привыполнениифизическихупражненийиразличныхформдвигательнойдеятельностиикакрезультат

1. физическое воспитание, формирование здоровья и здорового образа жизни.Нарядус этим программа обеспечивает:
   * единство образовательного пространства на территории Российской Федерации с цельюреализацииравныхвозможностейполучениякачественногоначальногообщегообразования;
   * преемственность основных образовательных программ дошкольного, начального общего иосновногообщего образования;
   * возможности формирования индивидуального подхода и различного уровня сложности сучётом образовательных потребностей и способностей обучающихся (включая одарённых детей,детейс ограниченными возможностями здоровья);
   * государственные гарантии качества начального общего образования, личностного развитияобучающихся;
   * овладение современными технологическими средствами в ходе обучения и в повседневнойжизни, освоение цифровых образовательных сред для проверки и приобретения знаний,расширениявозможностей личногообразовательного маршрута;
   * формирование у обучающихся знаний о месте физической культуры и спорта в национальнойстратегии развития России, их исторической роли, вкладе спортсменов России в мировоеспортивноенаследие;
   * освоение обучающимися технологий командной работы на основе личного вклада каждого врешение общих задач, осознания личной ответственности, объективной оценки своих икомандныхвозможностей.

Приоритет индивидуального подхода в обучении позволяет обучающимся осваивать программу всоответствиис возможностями каждого.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по программеявляются:

* + умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средствафизической культуры для достижения цели динамики личного физического развития ифизическогосовершенствования;
  + умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать сосверстниками в достижении общих целей, проявлять лидерские качества в соревновательнойдеятельности, работоспособность в учебно-тренировочном процессе, взаимопомощь приизучениии выполнении физических упражнений;
  + умение доносить информацию в доступной, яркой, эмоциональной форме в процессе общенияи взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми, в том числе при передаче информациина заданную тему по общим сведениям теории физической культуры, методикам выполненияфизических упражнений, правилам проведения общеразвивающих подвижных игр и игровыхзаданий;
  + умение работать над ошибками, в том числе при выполнении физических упражнений,слышать замечания и рекомендации педагога, концентрироваться при практическом выполнениизаданий,ставитьпередсобойзадачигармоничного физическогоразвития.

# Местоучебногопредмета«Физическаякультура»вучебномплане

Общее число часов, отведённых на изучение предмета «Физическая культура» во 2 классе, составляет 68часов.