

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение основная общеобразовательная школа с. Павло-Куракино

Рассмотрена на районном заседании учителей физической культуры (протокол №1 от 28.08.2013)

Принята педагогическим советом МБОУ ООШ с.Павло-Куракино (протокол №1 от 30.08.2013)



Рабочая программа по физической культуре для учащихся 3 класса

2013 год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

основная общеобразовательная школа с. Павло-Куракино

3 класс

Пояснительная записка.

Статус документа

Рабочая программа по физической культуре для 3 класса составлена на основе программы начального общего образования по физической культуре МБОУ ООШ с. Павло-Куракино

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих основных задач:

- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию; обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;
- совершенствование жизненно-важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках, лазании, метании и плавании;
- обучение физическим упражнениям из гимнастики, легкой атлетики и лыжных гонок, подвижным играм и техническим действиям спортивных игр;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Место предмета в базисном учебном плане

Согласно учебному плану МБОУ ООШ с. Павло-Куракино на 2013-2014 учебный год на изучение физической культуры отводится 102 часа из расчета 34 учебных недель по 3 часа в неделю

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ 3 КЛАССА

В результате изучения физической культуры учащийся должен знать/понимать

- роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека;
- правила и последовательность выполнения упражнений утренней гимнастики, физкультминуток, физкультпауз, простейших комплексов для развития физических качеств и формирования правильной осанки; в комплексах по профилактике остроты зрения и дыхательной гимнастики;
- уметь
 - передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях;
 - выполнять акробатические и гимнастические упражнения;
 - выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости);
 - осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
 - выполнения ежедневной утренней гимнастики, корригирующих упражнений и закаливающих процедур;
 - преодоления безопасными способами естественных и искусственных препятствий;
 - соблюдения правил и норм поведения в индивидуальной и коллективной деятельности;
 - наблюдения за собственным физическим развитием и физической подготовленностью