Г. Н. Пономарев, В. Г. Федоров, И. Н. Венедиктов и др.

Методическое пособие к линии учебников
«Физическая культура. 1–4 классы»

Москва
ДРОФА
2013

ПРЕДИСЛОВИЕ

Происходящая с настоящий момент реформа общего образования Российской Федерации связана с введением в действие федеральных государственных образовательных стандартов (далее — ФГОС). ФГОС начального общего образования был утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации в 2009 г., ФГОС основного общего образования — в 2010 г., ФГОС среднего общего образования — в 2012 г. ФГОС — это рамочный нормативный документ, который определяет три вида требований к основной образовательной программе образовательной организации, имеющей государственную аккредитацию: требования к структуре программы, требования к результатам освоения программы — предметным, метапредметным и личностным, требования к условиям реализации программы. Каждая образовательная организация, имеющая государственную аккредитацию, разрабатывает основную образовательную программу самостоятельно. Федеральные государственные образовательные стандарты обеспечивают вариативность содержания основных образовательных программ, возможность формирования образовательных программ различного уровня сложности и направленности с учетом образовательных потребностей и способностей обучающихся. Таким образом, при разработке основной образовательной программы учитываются тип и вид образовательной организации, образовательные потребности и запросы участников образовательного процесса.

Основная образовательная программа образовательной организации складывается из программ начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования и включает три раздела: целевой, содержательный и организационный. Учитель начальной школы принимает участие прежде всего в формировании содержательного раздела основной образовательной программы, так как именно в этот раздел входят рабочие программы отдельных учебных предметов, курсов, ориентированных на достижение предметных, метапредметных и личностных результатов, описанных в целевом разделе основной образовательной программы.

Настоящее методическое пособие позволит учителю начальной школы не только грамотно составить рабочую программу, но и организовать деятельность учащихся на уроке, контролировать ее результаты, использовать различные средства обучения, в том числе электронные приложения к учебникам линии и Интернет-ресурсы.

Все рабочие программы отдельных учебных предметов и курсов строятся по единой схеме:

1) пояснительная записка, в которой конкретизируются общие цели начального общего образования с учетом специфики данного учебного предмета (курса), дается общая характеристика предмета (курса), описывается его место в учебном плане, указываются личностные, метапредметные и предметные результаты освоения его содержания;

2) структура и краткое содержание учебного предмета (курса);

3) тематическое планирование изучения учебного предмета (курса) в виде таблицы с характеристикой основных видов деятельности учащихся;

4) учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Использование данного пособия позволит учителям начальной школы, работающим по линиям «Дрофы», реализовать требования, предъявляемые ФГОС к результатам и условиям освоения предмета, а администрации образовательной организации — требования к основной образовательной программе в ее содержательном разделе.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Физическая культура — часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путём физического воспитания, физической подготовки и физического развития [Федеральный закон РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» № 329-ФЗ от 4 декабря 2007 г. Глава 1. Статья 2. Пункт 26].

Цель учебного предмета состоит в формировании физической культуры личности обучающихся.

Основные **задачи** реализации содержания предмета «Физическая культура»:

$k формирование Российской гражданской идентичности при интересе и уважении к другим этносам и культурам, уважении к личности;

$k формирование комплексного (духовно-эмоционального, рационального и практического) восприятия учащимися окружающего мира на основе синтеза естественнонаучных, социальных, культурологических знаний о физической культуре; становление целостной картины телесно-двигательной и духовно-нравственной культуры разных народов как результата социального опыта преобразовательной деятельности человека в сфере физической культуры;

$k поликультурное развитие учащихся, формирование эстетического мировосприятия, духовных качеств (нравственности, культуры общения, эстетических способностей);

$k обеспечение удовлетворения познавательных и творческих потребностей учащихся средствами физкультурной деятельности;

$k развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координационных способностей), двигательных умений (в ходьбе, беге, прыжках, метании, гимнастических и акробатических упражнениях, передвижении на лыжах, плавании, подвижных и спортивных играх) на основе активного и осознанного включения учащихся в физкультурную деятельность;

$k усвоение метапредметных понятий; овладение регулятивными (планирование, прогнозирование, самоконтроль и др.), познавательными и коммуникативными универсальными учебными действиями;

$k формирование основ знаний о строении тела человека, гигиене и режиме дня школьника, способах оценки и регулирования физических нагрузок, профилактике травматизма на занятиях физической культурой;

$k развитие интереса и потребности к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом; овладение умениями коллективного взаимодействия и сотрудничества, организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в досуговой физкультурно-спортивной деятельности;

$k формирование ценностного отношения к здоровому и безопасному образу жизни, сохранению и укреплению здоровья, контролю за физическим состоянием (состоянием здоровья, физическим развитием, физической подготовленностью).

Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура»

Физическая культура — компонент культуры личности и культуры общества в целом. Среди предметов школьного цикла «Физическая культура» — единственный предмет, направленный непосредственно на самого ученика, на его телесность, на сохранение и укрепление его здоровья. Основой формирования и функционирования физической культуры личности является физкультурная деятельность.

Содержание учебного предмета включает взаимодействие и взаимосвязь со всеми предметами обучения в начальной школе.

Связь уроков физической культуры с *математикой* реализуется за счёт применения вычислительных, измерительных, счётных навыков.

Интеграция физической культуры с *окружающим миром* предполагает раскрытие взаимосвязи человека и природы, понимания и использования сил природы как средства закаливания и среды осуществления физкультурно-спортивной деятельности.

Музыка выступает компонентом ритмической организации движений, эмоционального восприятия физической культуры и спорта.

Изобразительное искусство и физическая культура взаимосвязаны как предметы формирования эстетического отношения к миру движений.

Связь физической культуры с предметами *русского языка* и *литературного чтения* реализуется за счёт обогащения словарного запаса учащегося, овладения им терминологией физкультурно-спортивной деятельности.

Технология и физическая культура связаны с формированием знаний по проектированию и организации образовательного процесса для эффективного решения комплекса оздоровительных, образовательных, развивающих и воспитательных задач.

Ведущим компонентом содержания учебного предмета «Физическая культура» являются способы двигательной деятельности, реализуемые в различных формах организации физического воспитания школьников.

Овладение учащимися способами двигательной деятельности включает практическое выполнение упражнений базовых видов спорта на уроках физической культуры в школе, физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня и самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Комплексное применение различных форм организации физического воспитания школьников позволяет решать основные задачи учебного предмета «Физическая культура»: образовательные, воспитательные, оздоровительные и развивающие.

Основной организационной формой обеспечения реализации основных задач учебного предмета «Физическая культура» является урочная форма.

Уроки физической культуры по направленности подразделяются на три типа:

$k образовательно-познавательные: знакомят учащихся со способами и правилами организации самостоятельных занятий с опорой на ранее полученные предметные знания;

$k образовательно-предметные: обучение практическому материалу базовых видов спорта, освоение новых знаний о рациональных способах выполнения двигательных действий;

$k образовательно-тренировочные: преимущественно используются для развития основных физических качеств, получения знаний о физической нагрузке и способах её регулирования. На этих уроках акцентируется внимание на создании представлений о значимости физической подготовки и физического развития для укрепления здоровья и успешности физкультурно-спортивной деятельности.

Формы организации физического воспитания на уроке и вариативность в их направленности создают базовую основу для: формирования крепкого здоровья, гармоничного физического развития, достижения оптимального уровня развития физических способностей, формирования знаний, умений, опыта физкультурной деятельности, ценностных ориентаций на физическое, духовное и нравственное совершенствование личности каждого школьника.

Тематическое планирование материала учебного предмета включает темы основных разделов программы обучения с определением видов учебной деятельности обучающихся, ориентирует на результаты, которые должны быть получены в освоении содержания программы курса.

Учебный предмет «Физическая культура» базируется на системно-деятельностном, личностно-ориентированном, метаметодическом и культурологическом подходах. Органическая взаимосвязь этих подходов является определяющей в построении содержания предмета «Физическая культура» и отборе методов обучения.

Системно-деятельностный подход ориентирует на то, что личность человека формируется и проявляется в деятельности, в системе её различных видов и форм организации.

Личностно-ориентированный подход обусловливает необходимость создания здоровьесберегающей, здоровьеразвивающей и безопасной образовательной среды.

Метаметодический подход реализуется в установлении связей между «Физической культурой» и другими предметами в начальной школе на содержательном, методическом и иных уровнях, а также в формировании междисциплинарных знаний и умений, универсальных учебных действий.

Культурологический подход рассматривается в изучении предмета «Физическая культура» как элемента общей культуры, в актуализации доступных младшим школьникам культурных связей, вытекающих из содержания программного материала.

Предметно-практическая направленность курса способствует формированию у младшего школьника потребностей, ценностей, мотивов, интересов, знаний, умений, которые проявляются в активной физкультурно-спортивной деятельности, при которой личностно значимые цели являются и общественно полезными.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

Курс написан в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования и примерной программы по предмету «Физическая культура».

Учебный предмет «Физическая культура» входит в состав предметов обязательной части базисного учебного плана начального общего образования.

На занятия по предмету «Физическая культура» предусмотрено по 3 часа в неделю в течение каждого года обучения, всего 405 часов в начальной школе: в 1 классе — 99 часов (33 учебных недели), во 2, 3 и 4 классах по 102 часа (34 учебные недели в каждом классе).

Обучение по предмету осуществляется в классно-урочной системе организации совместной деятельности мальчиков и девочек, с учетом местных климатических условий.

Учебный материал представлен по разделам программы: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование».

В разделе «Знания о физической культуре» представлены основные понятия, раскрывающие сущность физической культуры, её роль и значение в физическом и духовно-нравственном развитии человека.

В разделе «Способы физкультурной деятельности» представлены способы организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой, самостоятельных наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

В разделе «Физическое совершенствование» раскрывается физкультурная деятельность, ориентированная на освоение физических упражнений из гимнастики с основами акробатики, лёгкой атлетики, лыжной подготовки, плавания, подвижных и спортивных игр.

При планировании учебного материала по предмету «Физическая культура» для бесснежных районов допускается заменять лыжную подготовку на другие виды физических упражнений из данного курса.

Ценностные ориентиры содержания курса
«Физическая культура»

С позиции современного научного знания физическая культура рассматривается как сфера духовно-физического и образовательного пространства, формирующая личность человека. Физкультурная деятельность представляется как основное средство и метод формирования физической культуры личности. Представление о физической культуре не ограничивается понятием здоровья, развития физических способностей, морфофункциональными возможностями организма и двигательными навыками. Важнейшими компонентами формирования и развития физической культуры в личностном плане становятся мировоззрение, система ценностей, мотивационная сфера личности, широта и глубина знаний в области физической культуры, а главное — деятельностный аспект реализации физкультурных ценностей.

Ценности личности образуют систему её ценностных ориентаций, побуждающих человека к действию, служат критерием норм и правил поведения личности, непосредственно влияют на её развитие и её социализацию.

В сфере физической культуры выделяют группы ценностей: познавательные (знания в области физической культуры); двигательного характера (лучшие образцы двигательной деятельности, здоровье и физическая работоспособность человека); педагогические технологии (методики физического воспитания и спортивной тренировки, умения и навыки организации физкультурной деятельности); мобилизационные (связанные с рациональной организацией свободного времени, возможностями самовоспитания, умением противостоять неблагоприятным воздействиям внешней среды); интенционные (правовое и материально-техническое обеспечение, а также мотивы, интересы, потребности заниматься физкультурной деятельностью).

Формирование осознанного отношения младших школьников к освоению ценностей физической культуры способствует положительной мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями, решению основных задач реализации содержания предмета «Физическая культура».

Личностные, метапредметные и предметные результаты изучения учебного предмета «Физическая культура»

В результате реализации курса «Физическая культура» должны быть достигнуты:

Личностные результаты:

$k сформированность мотивации к обучению и познанию;

$k готовность и способность обучающихся к саморазвитию;

$k сформированность интереса и потребностей к систематическим занятиям спортом, чувства гордости за спортивные достижения отечественных спортсменов;

$k стремление к личным достижениям в физкультурно-спортивной деятельности;

$k уважительное отношение к соперникам в соревновательной деятельности;

$k управление своим эмоциональным состоянием, умение воспринимать критические замечания;

$k проявление дисциплинированности, трудолюбия и настойчивости в решении поставленных задач;

$k формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, негативного отношения к вредным привычкам.

Метапредметные результаты:

$k формирование регулятивных УУД — целенаправленное и планомерное управление своей деятельностью и поведением;

$k умение осуществлять контроль и коррекцию действий в достижении целевых результатов;

$k овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи между объектами и процессами;

$k формирование познавательных УУД — решение общеучебных и логических задач, постановка и разрешение проблемных ситуаций;

$k умение находить необходимую информацию для выполнения учебных заданий;

$k умение использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы;

$k умение проводить сравнение и классификацию по заданным критериям, устанавливать аналогии;

$k владение приёмами построения алгоритма действий;

$k формирование коммуникативных УУД — умение взаимодействовать и осуществлять совместную деятельность;

$k умение планировать общую цель и пути ее достижения в составе класса или спортивной команды;

$k умение распределять функции и роли в совместной деятельности;

$k осуществление контроля действий партнёра и качества выполнения упражнений, оказание посильной помощи в случае необходимости;

$k умение находить и оценивать альтернативные способы разрешения конфликта, принимать решение и его реализовывать;

$k оценивание собственного поведения и поведения партнёров, умение вносить коррективы в совместную деятельность в интересах достижения коллективного позитивного результата.

Предметные результаты:

$k представления о физической культуре как о части культуры общества;

$k знания о роли физической культуры в физическом совершенствовании и духовно-нравственном развитии личности человека;

$k потребность в физической деятельности на основе осознания ценностей физической культуры;

$k умение организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

$k умение систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями здоровья (рост, масса тела и др.), развитием основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости);

$k понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой и военной деятельности;

$k применять физические упражнения для развития систем дыхания и кровообращения, применять простейшие закаливающие процедуры;

$k составлять комплексы общеразвивающих упражнений;

$k использовать спортивный инвентарь и оборудование;

$k знать и соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями;

$k правильно подбирать одежду и обувь для занятий физическими упражнениями;

$k наблюдать за изменением собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств;

$k оценивать величину физической нагрузки по частоте пульса;

$k выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;

$k рационально выполнять основные движения и их комбинации;

$k вести тетрадь по физической культуре с записями распорядка дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;

$k целенаправленно отбирать физические упражнения, подвижные игры для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

$k выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах;

$k выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

$k играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;

$k плавать, в том числе спортивными способами;

$k передвигаться на лыжах (для снежных регионов России).

Достижение личностных результатов оценивается на качественном уровне (без отметки). Сформированность метапредметных и предметных умений оценивается в баллах по результатам текущего, тематического и итогового контроля.

Оценка предметных образовательных результатов

Оценка достижений планируемых результатов в освоении курса выпускниками начальной школы проводится по всем её разделам («Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование») на основе выполнения двух типов заданий, дифференцированных по сложности:

$k задания базового уровня сложности (способ решения очевиден);

$k задания повышенного уровня сложности (способ решения явно не задан: ученик должен самостоятельно применить знания и умения в использовании изученного предметного материала).

Результаты выполнения заданий характеризуют уровень реальных достижений учащихся в предметной области. Решение об освоении учебного материала принимаются на основе правила: «*достиг — не достиг* планируемого результата, достижение которого оценивается данным заданием».

Выполнение заданий базового уровня — основание для принятия решения об освоении или не освоении учебного материала.

Достижение повышенного уровня освоения формируемых действий позволяет судить о проявлении особых индивидуальных интересов к занятиям физической культурой, о развитии у учащихся творчества, инициативы и самостоятельности.

Полнота итоговой оценки планируемых результатов по физической культуре обеспечивается двумя объективными процедурами: а) формированием накопленной оценки, складывающейся из текущих и тематических учебных достижений; б) демонстрацией интегрального результата занятий физической культурой в ходе выполнения итоговой работы.

Накопленная оценка формируется на протяжении всего периода обучения в начальной школе на уроках, в процессе внешкольной и досуговой деятельности, при оценке домашней работы и т.д.

Итоговая работа проводится в форме физкультурно-спортивного праздника, который должен содержать тщательно продуманный сценарий, предполагающий учёт как индивидуальных особенностей детей, так и полноту представленности всех сторон физкультурно-оздоровительной учебной деятельности.

Итоговая оценка достижения планируемых результатов выставляется на основе коллективного решения экспертов, в число которых могут входить учителя школ, методисты органов управления образования, тренеры детско-юношеских спортивных школ, родители и представители общественных организаций. При итоговой оценке необходимо учитывать не только результаты выполнения заданий в процессе физкультурного праздника, но и накопленную оценку, особенности её формирования на протяжении всего периода обучения в начальной школе. Для принятия положительного заключения об успешном завершении обучения на этапе начального общего образования накопительная оценка выпускника по физической культуре должна отражать успешное выполнение им не менее 50% заданий базового уровня в каждом из трех разделов планируемых результатов: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование».

СОДЕРАЖАНИЕ, РЕАЛИЗУЕМОЕ С ПОМОЩЬЮ ЛИНИИ УЧЕБНИКОВ

Структура и содержание учебного предмета реализуются на основе программы курса с выделением разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности», «Физическое совершенствование».

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы двигательной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур; комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение индивидуальных показателей длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках, в спортивных залах и на местности).

Физическое совершенствование

Гимнастика с элементами акробатики. Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне, выполнение строевых команд.

Упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед и назад.

Висы на низкой перекладине, на канате.

Прыжки со скакалкой.

Передвижение по гимнастической стенке.

Преодоление полосы препятствий с элементами лазания, перелезания и переползания.

Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика. Ходьба.

Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений, челночный бег. Прыжки на одной и двух ногах на месте и с продвижением, в длину и высоту.

Броски большого мяча на дальность разными способами. Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. Подъёмы, спуски, повороты, торможение.

Плавание. Вхождение в воду, передвижение по дну бассейна. Выдох в воду, упражнения на задержку дыхания. Упражнения на всплывание, лежание и скольжение. Упражнения на согласование работы рук и ног при плавании различными способами.

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с элементами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, быстроту, координацию движений.

На материале лёгкой атлетики: игровые задания с использованием ходьбы, бега, прыжков, метаний; эстафеты.

На материале лыжной подготовки: эстафеты на лыжах.

На материале плавания: игровые задания.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу, остановка мяча, ведение мяча.

Баскетбол: ведение мяча, броски мяча в корзину, специальные передвижения без мяча.

Волейбол: подбрасывание, подача, приём и передача мяча.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО КЛАССАМ И РАЗДЕЛАМ УЧЕБНИКА

1 класс (99 ч)

Тема	Характеристика видов деятельности
Начальные знания о физической культуре (4 ч)	
Что такое физическая культура	Определять содержание понятия «физическая культура»
Мир движений человека и движения в живой природе	Выявлять различия и сходство в движениях и способах передвижения человека и животных. Кратко характеризовать их
Из истории движений в жизни человека	Рассказывать об истории физической культуры
Что такое режим дня	Определять содержание понятия «режим дня», место и время ежедневных занятий физическими упражнениями
Строение тела человека	Определять и уметь показать основные части тела человека
Виды занятий физической культурой (7 ч)	
Занятия физической культурой	Называть и различать виды занятий физической культурой
Урок физической культуры в школе	Осваивать технику физических упражнений, развивать физические качества. Соблюдать правила поведения на уроках физической культуры
Утренняя зарядка	Понимать значение утренней зарядки в двигательном режиме дня. Соблюдать правила и последовательность выполнения упражнений утренней зарядки
Физкультминутки в школе и дома	Уметь выполнять комплексы упражнений за рабочим столом
Занятия спортом	Определять выбор вида спорта для занятий внеурочной спортивно-оздоровительной деятельностью
Игры и прогулки в свободное время	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры
Что такое гигиена	Выполнять в режиме дня соблюдение чистоты тела и одежды, правильного питания и активного отдыха на свежем воздухе
Помоги себе быть здоровым	Оценивать своё состояние (ощущения) после закаливающих процедур. Понимать их пользу для укрепления здоровья
Строи, построения и команды (12 ч)	
Строевая стойка	Осваивать умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «Направо!», «Налево!», «Кругом!»
Построение в шеренгу и интервалы	
Построение в колонну и дистанция	
Команды для выполнения строевых приёмов	
Упражнения из лёгкой атлетики (24 ч)	
Занятия лёгкой атлетикой	Называть упражнения, выполняемые на занятиях лёгкой атлетикой
Ходьба и упражнения в ходьбе	Описывать технику ходьбы.

	Выявлять ошибки и исправлять их при выполнении упражнений в ходьбе
Бег и упражнения в беге	Описывать технику беговых упражнений. Осваивать технику бега из различных исходных положений и различными способами. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений
Прыжки на месте и в движении	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжка в длину с места. Выявлять ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений, уметь их исправлять
Метание и броски мяча	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания и бросков мяча различными способами. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков и метания мяча
Упражнения из гимнастики с элементами акробатики (24 ч)	
Висы на гимнастических снарядах	Описывать и осваивать технику висов на гимнастических снарядах
Упоры для выполнения физических упражнений	Описывать и осваивать технику выполнения упоров различными способами
Лазание, переползание и перелезание	Описывать и осваивать технику лазания на гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке, переползания и перелезания через препятствия
Группировки и перекаты	Описывать и осваивать технику акробатических упражнений: способы группировки, способы перекатов
Учись ходить на лыжах (14 ч)	
Лыжная подготовка	Уметь правильно выбирать одежду и лыжный инвентарь. Осваивать технику передвижения на лыжах. Соблюдать правила поведения на занятиях по лыжной подготовке
Учись держаться на воде (14 ч)	
Как научиться плавать	Соблюдать правила поведения на занятиях по плаванию. Осваивать плавательные движения по удержанию тела на поверхности воды; передвигаться в воде. Регулировать дыхание (вдох, задержка дыхания, выдох), находясь в воде

2 класс (102 часа)

Тема	Характеристика видов деятельности
Олимпийские игры (4 ч)	
Олимпийские игры и их символы	Изучать и рассказывать об истории возникновения и проведения летних и зимних Олимпийских игр. Кратко характеризовать понятия: «олимпийский флаг», «олимпийский символ», «олимпийский чемпион», «олимпийская медаль», «олимпийский талисман», «олимпийский девиз»
Порядок награждения чемпионов и призёров Олимпийских игр	
Летние и зимние Олимпийские игры в нашей стране	Понимать и объяснять значение проведения Олимпийских игр в нашей стране
Что такое Паралимпийские игры	Изучать и рассказывать об истории возникновения и проведения летних и зимних Паралимпийских игр.

	Кратко характеризовать понятия: «паралимпийский девиз», «спортсмены-паралимпийцы»
Влияние физических упражнений на человека (4 ч)	
Основные движения и физические упражнения	Кратко характеризовать понятия: «основные естественные движения», «физические упражнения»
Осмысливаем влияние упражнений на укрепление мышц человека	Объяснять влияние физических упражнений на укрепление мышц человека. Определять и уметь показать основные мышцы тела человека
Изучаем влияние упражнений на физическое развитие человека	Кратко характеризовать понятие «физическое развитие человека». Объяснять влияние физических упражнений на физическое развитие человека. Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, проводить самоконтроль их изменений
Определяем влияние упражнений на развитие физических качеств человека	Кратко характеризовать понятие «физические качества человека». Называть основные физические качества человека. Приводить примеры их проявления в двигательной деятельности
Физические качества и их развитие (5 ч)	
Выносливость. Упражнения для развития выносливости	Кратко характеризовать понятие «выносливость». Осваивать упражнения для развития выносливости
Сила. Упражнения для развития силы	Кратко характеризовать понятие «сила». Осваивать упражнения для развития силы
Быстрота. Упражнения для развития быстроты	Кратко характеризовать понятие «быстроты». Осваивать упражнения для развития быстроты
Ловкость. Упражнения для развития ловкости	Кратко характеризовать понятие «ловкость». Осваивать упражнения для развития ловкости
Гибкость. Упражнения для развития гибкости	Кратко характеризовать понятие «гибкость». Осваивать упражнения для развития гибкости
Осанка человека (14 ч)	
Что такое осанка	Кратко характеризовать понятие «осанка». Определять понятия: «правильная осанка», «нарушение осанки», «осанка при выполнении физических упражнений»
Осанка в положении стоя	Описывать правильную осанку в положении стоя. Осваивать умение держать осанку в положении стоя. Контролировать осанку
Осанка в положении сидя	Описывать правильную осанку в положении сидя за рабочим столом. Осваивать умение держать осанку в положении сидя за рабочим столом. Контролировать осанку
Физкультминутки	Объяснять значение физкультминуток для снятия утомления и повышения работоспособности. Выполнять комплексы упражнений физкультминуток
Осанка при ходьбе	Описывать правильную осанку при ходьбе. Осваивать и контролировать правильную осанку при ходьбе
Упражнения на равновесие	Описывать и осваивать технику упражнений для развития равновесия
Строевые действия	Различать и выполнять строевые команды. Осваивать строевые упражнения на уроках физической культуры
Разучиваем упражнения на занятиях по лёгкой атлетике (18	

ч)	
Прыжки на месте	Осваивать технику прыжков на месте. Выявлять ошибки при выполнении упражнений и исправлять их
Прыжки в движении	Осваивать технику прыжков в движении. Выявлять ошибки при выполнении упражнений и исправлять их
Метание мяча	Осваивать технику метания мяча в цель и на дальность с разбега
Подвижные игры на занятиях по лёгкой атлетике	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Соблюдать правила участия в играх. Проявлять доброжелательное отношение к участникам игры, взаимовыручку и взаимопомощь
Разучиваем упражнения на занятиях по гимнастике (24 ч)	
Гимнастические снаряды	Описывать гимнастические снаряды, их назначение
Висы и упражнения в висах	Осваивать виды и технику упражнений в висах. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений
Упражнения в упорах	Осваивать технику выполнения упражнений в упорах. Использовать разученные упражнения в комплексах утренней зарядки
Перелезания и переползания	Осваивать технику перелезаний и переползаний
Упражнения с предметами	Осваивать технику выполнения упражнений с предметами: гимнастической палкой, скакалкой, мячом
Стойка на лопатках	Осваивать технику выполнения стойки на лопатках с согнутыми и прямыми ногами
Кувырки	Осваивать технику выполнения кувырка вперед
Подвижные игры	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Соблюдать правила участия в играх. Проявлять доброжелательное отношение к участникам игры, взаимовыручку и взаимопомощь
Разучиваем способы передвижения на лыжах (12 ч)	
Зима — все на лыжню	Кратко характеризовать понятия «лыжный спорт», «лыжная подготовка». Называть основные виды лыжного спорта
Попеременный двухшажный ход	Описывать и осваивать технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом. Выявлять ошибки выполнения и исправлять их
Способы подъёмов на лыжах	Осваивать способы подъёмов на лыжах: «лесенкой», «ступающим шагом»
Поворот на лыжах «полуплугом»	Осваивать технику выполнения поворота на лыжах «полуплугом»
Торможение на лыжах «плугом»	Осваивать технику торможения на лыжах «плугом»
Подвижные игры на лыжах	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Соблюдать правила участия в играх. Проявлять доброжелательное отношение к участникам игры, взаимовыручку и взаимопомощь
Учимся плавать (10 ч)	
Плавание для всех	Соблюдать правила поведения на занятиях по плаванию
Учимся смотреть и делать выдох в воде	Осваивать технику выполнения дыхательных движений и ориентировки в воде
Упражнения для рук на суше и	Осваивать технику упражнений для рук на суше и в воде

в воде	
Упражнения для ног на суше и в воде	Осваивать технику упражнений для ног на суше и в воде
Скольжение на груди	Осваивать технику упражнения скольжения на груди с отталкиванием от дна и бортика бассейна
Игры с мячом (11 ч)	
Играем разными мячами	Различать размер и вес мячей. Определять выбор мячей для организации и проведения игр
Играем с мячом руками	Приобретать двигательный опыт игр с мячом руками
Играем с мячом ногами	Приобретать двигательный опыт игр с мячом ногами

3 класс (102 ч)

Тема	Характеристика видов деятельности
Это надо знать (2 ч)	
Физический труд человека	Кратко характеризовать понятие «физический труд человека»
Что такое физическая нагрузка и как её определить	Кратко характеризовать понятие «физическая нагрузка». Измерять частоту сердечных сокращений до и после выполнения физических упражнений
Учимся составлять комплексы упражнений (2 ч)	
Выполняем утреннюю зарядку	Составлять комплексы физических упражнений для утренней зарядки
Выполняем физкультминутки	Осваивать комплексы упражнений физкультминуток для снятия статического утомления мышц, ослабления умственного напряжения
Построение и перестроение в круг (2 ч)	
Построение в круг, перестроение из шеренги в круг	Выполнять команду по построению в круг с заданным интервалом. Описывать и выполнять порядок действий перестроения из шеренги в круг
Лёгкая атлетика (18 ч)	
Кто быстрее пробежит	Описывать и осваивать технику бега на короткие дистанции: старт, стартовый разбег, бег по дистанции, финиширование
Как выполняется челночный бег	Осваивать технику челночного бега. Регулировать скорость бега, развивать ловкость
Общеразвивающие упражнения на занятиях по лёгкой атлетике	Выполнять прыжки на месте и с продвижением, изменением направления движения
Гимнастика с элементами акробатики (24 часа)	
Учимся владеть своим телом на высоте и на узкой опоре	Осваивать способы лазания по канату, передвижения по уменьшенной и повышенной опорной поверхности. Развивать ловкость и смелость. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений
Общеразвивающие упражнения на занятиях по гимнастике	Выполнять упражнения по управлению положением своего тела при ходьбе по рейке гимнастической скамейки и гимнастическому бревну. Соблюдать правильную осанку
Осваиваем акробатические	Описывать и осваивать технику выполнения

упражнения	разучиваемых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.
Лыжная подготовка (18 ч)	
Лыжный спорт	Кратко характеризовать виды лыжного спорта. Называть Олимпийские и Паралимпийские виды лыжного спорта
Что такое одновременный двухшажный ход на лыжах	Осваивать технику одновременного двухшажного хода на лыжах. Отличать одновременный двухшажный ход от попеременного двухшажного хода
Осваиваем спуск с горы в основной стойке	Осваивать позу основной стойки лыжника в движении на склоне. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений
Осваиваем подъём в гору «ёлочкой» на лыжах	Осваивать технику подъема на лыжах по склону «ёлочкой»
Осваиваем поворот переступанием при спуске с горы на лыжах	Осваивать технику выполнения поворота переступанием при спуске с горы на лыжах
Плавание (8 ч)	
Человек как рыба в воде	Называть основные виды водного спорта. Различать способы плавания
Осваиваем основы плавания кролем на спине	Осваивать технику движений руками и ногами, способа плавания кролем на спине. Контролировать движения рук в согласовании с движениями ног. Соблюдать правила дыхания при выполнении упражнений
Учимся играть в баскетбол (8 ч)	
Что такое баскетбол	Кратко характеризовать состав основных двигательных действий и правила игры в баскетбол
Рассмотрим стойку баскетболиста	Осваивать правильное положение стойки баскетболиста для выполнения технических приёмов нападения и защиты
Учимся бросать мяч	Осваивать технику бросков в корзину двумя руками и одной рукой. Выявлять ошибки и исправлять их
Учимся удерживать, передавать и принимать мяч	Осваивать умение удерживать, передавать и принимать мяч. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности
Изучаем способы передвижений баскетболиста	Осваивать способы передвижения баскетболиста по площадке: ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты
Осваиваем ведение мяча	Осваивать технику ведения мяча со зрительным контролем и без него
Учимся взаимодействовать с партнёром	Осваивать индивидуальные и групповые действия в передаче, ловле и ведении мяча. Самостоятельно организовывать и проводить игры на основе изученного материала баскетбола
Учимся играть в волейбол (8 ч)	
Что такое волейбол	Кратко характеризовать состав основных двигательных действий и правила игры в волейбол
Осваиваем стойки и передвижения волейболиста	Осваивать правильное положение стойки и передвижения волейболиста для выполнения технических приёмов нападения и защиты
Разучиваем приём и передачу мяча сверху	Осваивать технику приёма и передачи мяча сверху. Выявлять ошибки и исправлять их
Разучиваем приём и передачу	Осваивать технику приёма и передачи мяча снизу.

мяча снизу	Выявлять ошибки и исправлять их.
Разучиваем прямую нижнюю подачу	Осваивать технику выполнения прямой нижней подачи мяча. Выявлять ошибки и исправлять их
Игровые упражнения в волейболе	Контролировать правильность выполнения изученных приёмов техники волейбола в игровой деятельности. Самостоятельно организовывать и проводить игры на основе изученного материала волейбола
Учимся играть в футбол (8 ч)	
Что такое футбол	Кратко характеризовать состав основных двигательных действий и правила игры в футбол
Осваиваем основы игры в футбол	Описывать основные технические приёмы ведения игры в футболе
Осваиваем удары и остановку мяча	Осваивать технику выполнения ударов и остановок мяча ногой
Осваиваем ведение и передачу мяча	Осваивать технику выполнения ведения и передачи мяча
Игровые упражнения с футбольным мячом	Контролировать правильность выполнения изученных приёмов техники футбола в игровой деятельности. Самостоятельно организовывать и проводить игры на основе изученного материала футбола
Путешествуем с играми по России (4 ч)	
Национальные игры с предметами и без предметов	Описывать и применять в самостоятельных занятиях физической культурой подвижные игры народов России: с предметами и без предметов

4 класс (102 ч)

Тема	Характеристика видов деятельности
Чему учит история (2 ч)	
Былинные богатыри Древней Руси	Рассказывать об истории ратного искусства. Понимать и раскрывать связь физической культуры и спорта с трудовой и военной деятельностью человека. Знать выдающихся отечественных силачей
Оружие и доспехи древних воинов	
Спортсмены — сильные и мужественные люди	
Готовимся к труду и защите Родины (4 ч)	
Что такое физкультурный комплекс «ГТО»	Кратко характеризовать понятие «физкультурный комплекс ГТО». Раскрывать значение занятий по комплексу ГТО для развития физических качеств, овладения жизненно необходимыми навыками
Как сочетается питание с физическими упражнениями	Раскрывать связь трудовой деятельности с физической подготовленностью человека
Военное дело и физическая подготовка	Раскрывать связь военной и физической подготовки
Взаимосвязь строения тела и движений человека (6 ч)	
Что составляет основу тела человека	Характеризовать скелет человека. Объяснять важность занятий физическими упражнениями для развития костно-мышечной системы человека
Что происходит между	Характеризовать работу мозга и нервной системы

командой к действию и началом движения	человека в управлении его движениями
Как изменяется дыхание во время бега	Характеризовать работу органов дыхания человека. Выполнять упражнения на разные виды дыхания: нижнее, среднее, верхнее, полное
Как зависит пульс от выполнения физических упражнений	Характеризовать работу сердца и кровеносных сосудов для обеспечения работы мышц и внутренних органов человека. Измерять (пальпаторно) частоту сердечных сокращений
Как сочетается питание с выполнением физических упражнений	Характеризовать обмен веществ в организме. Раскрывать значение правильного питания для развития организма и активных занятий спортом
Укрепляем здоровье на занятиях физической культурой (6 ч)	
Взаимосвязь физической нагрузки и отдыха	Характеризовать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. Раскрывать взаимосвязь между нагрузкой, отдыхом и работоспособностью
Регулируем физическую нагрузку по самочувствию	Раскрывать важность самоконтроля при выполнении физических упражнений
Поддерживаем умственную работоспособность	Объяснять значение утренней зарядки и физкультминуток в организации здоровьесберегающей жизнедеятельности, поддержании умственной работоспособности в течение дня
Как предупредить травмы	Анализировать свои привычки, связанные с режимом дня. Соблюдать правила профилактики травматизма
Оказание первой помощи при ушибах и вывихах	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Знать порядок действий при получении спортивных травм. Уметь оказать первую помощь при ушибах, вывихах, кровотечениях
Как остановить кровотечение	
Закаливание как средство укрепления здоровья	Понимать и раскрывать значение закаливания для укрепления здоровья. Соблюдать правила закаливания
Лёгкая атлетика (24 ч)	
Прыжки в лёгкой атлетике	Описывать технику прыжков в высоту с разбега. Осваивать технику прыжков в высоту с разбега. Контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений
Метания в лёгкой атлетике	Различать виды метаний в лёгкой атлетике. Выполнять метания мяча на дальность и на точность
Развиваем выносливость и быстроту	Выполнять упражнения для развития выносливости и быстроты. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений
Гимнастика с элементами акробатики (20 ч)	
Совершенство движений в гимнастике	Характеризовать гимнастику как вид спорта и систему упражнений для формирования осанки и развития физических качеств
Гимнастика в школе	Осваивать технику гимнастических упражнений. Осваивать умения выполнять строевые упражнения. Различать и выполнять строевые приёмы и команды в ходьбе и беге. Осваивать умения по взаимодействию в группах при

	выполнении беговых упражнений
Передвижения и перестроение в движении	
Разучиваем лазание по канату в два приёма	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах. Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений
Подготовка к опорному прыжку через гимнастический козёл	
Выполняем упражнения на перекладине и гимнастическом бревне	
Выполняем акробатические упражнения	Описывать состав и содержание акробатических упражнений. Составлять комбинации из разученных упражнений
Развиваем силу и гибкость	Описывать упражнения для развития силы и гибкости. Применять упражнения для развития силы и гибкости в различных формах занятий по физической культуре
Лыжная подготовка (12 ч)	
Учимся у лучших лыжников-гонщиков действиям на лыжне	Самостоятельно определять способы передвижения на лыжах с учётом рельефа местности. Контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъёмов. Осваивать технику поворотов, спусков и подъёмов
Как перейти с попеременного на одновременный двухшажный ход	
Преодолеваем подъёмы и спуски	
Что надо знать о действиях в бассейне (10 ч)	
Общая информация о бассейне	Описывать состав и назначение оборудования бассейна
Основные действия в бассейне	Соблюдать правила поведения в помещении бассейне и в воде
Играем в баскетбол (4 ч)	
Осмысливаем действия ведущих баскетболистов	Описывать технические действия баскетболистов. Излагать правила и условия игры в баскетбол
Действия в баскетболе	Описывать и осваивать ведение, передачи и броски мяча. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время игры в баскетбол
Играем в волейбол (6 ч)	
Осмысливаем основные	Описывать разучиваемые технические действия.

действия в волейболе	Осваивать различные способы подачи и приёма мяча. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время игры в волейбол
Основные способы подачи и приёма мяча	
Сочетание способов подачи и приёма мяча	
Играем в футбол (6 ч)	
Такой многоликий футбол	Описывать правила и виды игры в футбол
Учимся владеть мячом	Осваивать способы владения мячом. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время игры в футбол. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий
Развитие ловкости на занятиях по спортивным играм	
Национальные виды спорта народов России (2 ч)	
Что такое национальные виды спорта	Описывать и характеризовать национальные виды спорта народов России. Раскрывать связь национальных видов спорта с бытом, трудовой и военной деятельностью людей
Национальные виды единоборств	
Национальные виды спорта с использованием различных предметов	

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЭЛЕКТРОННЫМ ПРИЛОЖЕНИЕМ К УЧЕБНИКУ И ФОРМИРОВАНИЮ ИКТ-КОМПЕТЕНТНОСТИ УЧЕНИКОВ

При работе с электронными приложениями к учебникам следует придерживаться общих методических принципов в сочетании с методикой использования информационных ресурсов. Учебная деятельность строится на основе системно-деятельностного подхода, способствует формированию универсальных учебных действий. Ведущими видами деятельности для учащихся начальной школы являются игровая деятельность (1 класс) и учебная (2—4 классы).

При работе с электронными приложениями к учебникам появляются дополнительные возможности для развития мыслительных и контролирующих действий, а также коммуникативных компетенций. Такие возможности обеспечиваются интерактивными модулями как обучающего, так и проверочного и контролирующего характера. Работа с различными информационными ресурсами должна перемежаться беседой с учителем, обсуждением в группах, игровыми элементами.

Можно предложить следующий алгоритм работы: восприятие информации, анализ полученной информации, проверка понимания, самооценка (рефлексия), определение дальнейшего маршрута продвижения в учебном материале.

Учитель должен показать, как работать с информацией, сформулировать цели обучения, научить работать с информационными объектами, строить образовательные маршруты для достижения поставленных целей.

Специально обратим внимание на то, что последовательность, этапы работы с учебным материалом определяет учитель, опираясь на индивидуальные особенности каждого учащегося или группы учащихся.

Далее мы предлагаем пример построения учебного занятия, на котором будут использоваться как традиционные полиграфические издания, так и интерактивные наглядные пособия.

В начале занятия учитель создает мотивацию к изучению конкретной темы, обозначает учебные цели и маршруты, по которым учащиеся пойдут к их достижению. Если есть хорошо подготовленные учащиеся, а тема не очень сложная, можно применить технологию «опережающего» обучения, когда ученик по заранее определенному учителем маршруту

самостоятельно знакомится с новой темой и на уроке кратко описывает изучаемый круг вопросов. Для создания мотивации работу иногда целесообразно начинать со зрительного ряда. Это могут быть иллюстрации, короткие видео или анимационные фрагменты, слайд-шоу.

Учащийся работает с разными источниками информации: текстом учебника, информацией иллюстративного ряда, мультимедийными объектами; это дает возможность активно использовать поисковые, исследовательские виды учебных действий.

Деятельность учащихся обязательно должна соответствовать поставленной учебной цели, которую ученикам сначала сообщает учитель, а впоследствии они сами научатся ставить цель. Это может быть: знакомство с информацией, обработка информации, запоминание, использование информации при решении различных учебных задач и т.д.

После обсуждения с учителем полученных сведений ученики приступают к выполнению тренировочных заданий. Учитель дает четкие инструкции по методам выполнения интерактивных заданий, при необходимости формулируются требования к оформлению результатов. Если учащиеся достаточно подготовлены, они работают с заданием самостоятельно, затем следует коллективное обсуждение результатов. В том случае, если выполнение заданий вызывает затруднения, совместно разбираются способы решения, а затем учащиеся самостоятельно работают с интерактивным модулем. Если учитель считает, что изучаемый материал хорошо усвоен, можно организовать соревнование между учащимися или отдельными группами или применить другие игровые формы. В случае, если ученик работает самостоятельно с учебным материалом, при успешном выполнении проверочных заданий можно сделать дополнительные тренировочные задания. В противном случае следует еще раз обратиться к информационным объектам, справочным материалам, образцам решений и т. д.

Формы организации учебной деятельности учащихся. Определяются: видами учебной работы, спецификой учебной группы, изучаемым материалом, учебными целями. Возможны следующие организационные формы обучения:

$k классно-урочная система (изучение нового, практикум, контроль, дополнительная работа, уроки-зачеты, уроки-защиты творческих заданий). В данном случае используются все типы объектов, при выполнении проектных заданий исследование, межпредметные связи, поиск информации осуществляются учащимися под руководством учителя;

$k индивидуальная и индивидуализированная. Такие формы работы позволяют регулировать темп продвижения в обучении каждого школьника сообразно его способностям. При работе в компьютерном классе по заранее подобранным информационным, практическим и контрольным заданиям, собранным из соответствующих объектов, формируются индивидуальные задания для учащихся;

$k групповая работа. Возможно организовать работу групп учащихся по индивидуальным заданиям. Предварительно учитель формирует блоки объектов или общий блок, на основании демонстрации которого происходит обсуждение в группах общей проблемы, либо, при наличии компьютерного класса, обсуждение мини-задач, которые являются составной частью общей учебной задачи;

$k самостоятельная работа учащихся по изучению нового материала, отработке учебных навыков и навыков практического применения приобретенных знаний; выполнение индивидуальных заданий творческого характера.

Дидактические модели проведения уроков. Конструирование урока с применением электронных приложений к учебникам требует соблюдения ряда дидактических и научных принципов. Среди них наиболее существенными можно считать: принцип системности, информативности, индивидуализации обучения, генерализации информации (систематизация информации, вычленение главных информационных блоков, законов, понятий).

Подготовка учителя к уроку с использованием интерактивных наглядных пособий начинается с постановки целей учебного занятия. На этом этапе важно определить дидактические цели и ожидаемые результаты. Результатами могут быть: формирование, закрепление, обобщение знаний, умений, навыков, контроль знаний и т. д. На следующем этапе необходимо выбрать форму урока (урок-исследование, проблемный урок, урок контроля, практическое занятие и т. д.). При этом учитель заранее должен ознакомиться с мультимедийными объектами, входящими в состав интерактивных наглядных пособий для подборки материалов по изучаемой теме в соответствии с выбранными методами проведения урока, контингентом обучаемых, дидактическими приемами, используемыми на уроке.

Выбираются объекты для:

$k сопровождения объяснения;
$k формирования логических цепочек;
$k создания собственных информационных объектов;
$k подборки практических заданий;
$k подборки тестовых и контрольных заданий;
$k подготовки собственного блока контрольных;
$k структурирования подобранных материалов, при необходимости создания учебной презентации.

Заключительным этапом подготовки к уроку является структурирование элементов урока, здесь происходит детализация этапов применения информационных объектов, определяется длительность этапов, формы контрольных и практических занятий.

Таким образом, формируется план урока, который включает следующие этапы: актуализация знаний, изучение нового, закрепление изученного, контроль знаний и формулировка заданий для самостоятельного изучения, постановка перспективных целей дальнейшего обучение (определение «горизонта» обучения).

ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА ЛИНИИ

Учебно-методический комплекс

Г. Н. Пономарев, В. Г. Федоров, И. Н. Венедиктов и др. Физическая культура. 1–4 классы. Методическое пособие к линии учебников.

1 класс

Г. Н. Пономарев, В. Г. Федоров, И. Н. Венедиктов и др. Физическая культура. Учебник с электронным приложением.

И. Н. Венедиктов и др. Методическое пособие.

2 класс

Г. Н. Пономарев, В. Г. Федоров, И. Н. Венедиктов и др. Физическая культура. Учебник с электронным приложением.

И. Н. Венедиктов и др. Методическое пособие.

3 класс

В. Г. Федоров, Г. Н. Пономарев, Р. В. Пащенко и др. Физическая культура. Учебник с электронным приложением.

И. Н. Венедиктов и др. Методическое пособие.

4 класс

В. Г. Федоров. Физическая культура. Учебник с электронным приложением.

И. Н. Венедиктов и др. Методическое пособие.

Г. Н. Пономарев и др. Методическое пособие для родителей.

Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение учебного процесса по предмету «Физическая культура» включает библиотечный фонд, технические, компьютерные и другие информационные средства обучения, оборудование мест для проведения уроков и организации внеурочной образовательной деятельности.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса должно соответствовать санитарно-эпидемиологическим требованиям к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях (СанПиН 2.4.2.2821-10, введены в действие 01.09.2011).

Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил имеет важное значение для обеспечения высокого уровня работоспособности учащихся, их правильного физического развития, профилактики нарушений состояния здоровья, в том числе нарушений осанки и зрения.

Содержание

Предисловие
Пояснительная записка
Содержание, реализуемое с помощью линии учебников
Тематическое планирование по классам и разделам учебника
1 класс
2 класс
3 класс

4 класс

Рекомендации по работе с электронным приложением к учебнику и формированию ИКТ-компетентности учеников

Информационно-образовательная среда линии