**Физическая культура**

**1 класс**

**Пояснительная записка.**

Долгосрочное планирование по предмету «Физическая культура», 1 класс составлено на основании:

1. Государственного общеобязательного стандарта начального образования, утвержденного постановлением Правительства РК от 25 апреля 2015 года № 327 (далее – ГОСО РК-2015);

2. Типовых учебных планов начального образования, утвержденных приказом Министра образования и науки РК от 15 июля 2016года№ 453;

3. Типовых учебных программ по общеобразовательным предметам начального образования, утвержденных приказом Министра образования и науки РК от 8 апреля 2016 года № 266;

4. Учебных изданий, утвержденных приказом Министра образования и науки Республики Казахстан «О внесении изменений и дополнений в приказ и.о. Министра образования и науки Республики Казахстан от 27 сентября 2013 года № 400 «Об утверждении перечня учебников, учебно-методических комплексов, пособий и другой дополнительной литературы, в том числе на электронных носителях» от 6 мая 2016 года № 309

5 Инструктивного письма –Астана: Национальная академия образования им. И. Алтынсарина, 2016г.Рекомендовано к изданию советом учёного совета Национальной академии образования им. И. Алтынсарина9 протокол № 5 от 17 июня 2016г.)

6. УМК: методическое руководство авторы К.Е.Жахин, Е.А.Юркова, Алматыкiтап баспасы, 2016г. (1 часть, 2 часть)

**Цель и задачи изучения учебного предмета «Физическая культура»**

Целью программы является знакомство учащихся с основами физической культуры, а именно, способствовать их здоровому физическому развитию, наряду с приобретением спортивно-специфических двигательных навыков и физических способностей.

Программа по предмету «Физическая культура» предлагает поэтапный учебный план, способствующий развитию знаний, пониманий и навыков учащихся по ряду физической деятельности, одновременно улучшая их целостное развитие в отношении таких аспектов как соблюдение правил, личная гигиена, психическое здоровье и принципы здорового образа жизни.

В рамках реализации этой цели настоящая программа для учащихся начальной школы ориентируется на решение следующих **задач:**

* закладывает основу физического и духовного здоровья, что положительно влияет на развитие социальных навыков и личности в целом;
* мотивирует учащихся к пониманию и укреплению своего физического и психологического здоровья;
* способствует развитию теоретических знаний и практических навыков в области физического воспитания и спорта;
* развивает двигательные навыки учащихся, в частности способствует выносливости, быстроте, силе, ловкости и гибкости;
* воспитывает чувство патриотизма, уважения, навыки командной работы, ответственность и взаимопонимание;
* стимулирует учащихся вести здоровый образ жизни на протяжении всей жизни и применять приобретенные навыки в дальнейшем;
* дает возможность учащимся обогатить знания и сформировать у них представление о физической культуре как части общечеловеческой культуры.

Изучение предмета «Физическая культура» позволит учащимся:

* применять предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни;
* оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций и физическом развитии;
* понимать важность развития нравственного качества и осознавать необходимость честного соперничества и непрерывного саморазвития;
* понимать необходимость соблюдения правил личной гигиены;
* знать о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека;
* оценивать свое и других учащихся физическое состояние;
* развивать навыки критического и творческого мышления, разрешения проблем и развития коммуникативных навыков.

# 

**2. Педагогические подходы к организации учебного процесса**

**Ценностно-ориентированный подход.**

Ценностно-ориентированный подход в обучении – это способ организации и выполнения учебной деятельности, получения и использования ее результатов с позиций определенных ценностей. Ценностно-ориентированный учебный процесс целенаправленно формирует систему ценностей личности учащегося. Ценностные ориентации - это способность (качество) личности выбрать в качестве ориентира в своей деятельности определенные ценности (способность ориентироваться в ценностях), а также способность осознать и воспринять их как собственные социально значимые ценности. Реализация ценностей состоит в следовании требованиям, исходящем от ценностей и подчинять этим требованиям повседневную жизнь. Значение ценностей проявляется в сфере формирования норм, привычек, образа жизни, стиля поведения, необходимых для успешного функционирования определенного общества.

Ценности - социально одобряемая и разделяемая большинством людей личностная, социально-культурную значимость определённых объектов и явлений, качеств и способов поведения личности. Ценности стимулируют поведение и поступки, действуя как важный фактор мотивации личности. Идейной основой ценностей среднего образования являются ценности национальной идеи «Мәңгілік ел». Ценностями среднего образования определены: *казахстанский патриотизм и гражданская ответственность; уважение; сотрудничество; труд и творчество; открытость; образование в течение всей жизни*.

**Личностно-ориентированный подход**

Целью личностно-ориентированного подхода является индивидуализация учебного процесса, гармоничное формирование и всестороннее развитие личности учащегося в учебном процессе, полное раскрытие его творческих сил с учетом его индивидуальных особенностей психического и физического развития учащегося, потребностей и мотивов поведения с учетом потенциальных возможностей.

**Деятельностный подход**

Деятельностный подход заключается в том, что учащийся получает знания не в готовом виде, а добывает их сам, осознает содержание и формы своей учебной деятельности, понимает и принимает систему ее норм, активно участвует в их совершенствовании, что способствует активному успешному формированию его знаний, учебных умений и навыков и навыков широкого спектра. Деятельность учащихся сгруппирована по таким категориям, как “знать”, “понимать”, “применять”, “анализировать”, “оценивать”, “синтезировать”.

* Дифференцированный подход подразумевает специализацию учебного процесса для различных групп обучаемых, создание разнообразных условий обучения для различных групп с целью учета особенностей учащихся. Дифференцированный подход включает организацию учебной деятельности различных групп учащихся с помощью специально разработанных средств обучения предмету и приемов дифференциации деятельности. Условием организации дифференцированной работы является применение дифференцированных заданий, которые различаются по сложности, по познавательным интересам, по характеру помощи со стороны учителя.

**Коммуникативный подход**

Коммуникативный подходк обучению - это передача и сообщение информации, обмен знаниями, навыками и умениями в процессе речевого взаимодействия двух или более людей. Результатом коммуникативного подхода является способность осуществлять общение посредством языка, то есть передавать мысли и обмениваться ими в различных ситуациях в процессе взаимодействия с другими участниками общения, правильно используя систему языковых и речевых норм и выбирая коммуникативное поведение, адекватное ситуации общения. В соответствии с коммуникативным подходом процесс обучения должен включать задания, способствующие формированию умений общения, и режимов работы, адекватных условиям реальной коммуникации (парная и групповая работа).

**Обучение на основе сквозных тем**

Содержание «сквозных тем» предмета «Физическая культура» начинается с «зоны ближайшего развития» учащегося, т.е. с изучения тем, напрямую связанных его деятельностью. Дети 6-7 лет должны научиться высказывать свое мнение, задавать вопросы по содержанию обучения, находить ответы на них.

**Игровое обучение**

Использование игровых форм, в качестве метода обучения способствует активизации познавательных интересов учащихся.

Главные элементы игровой технологии обучения – перед началом игры ставится конкретная цель обучения; через игровую деятельность достигается конкретный педагогический результат; обучающая деятельность подчиняется правилам игры; учебные материалы являются средствами игры. Игровые приемы, направленные на организацию коллективных форм деятельности способствует тому, что учащиеся учатся уважать мнение других членов малой группы, прогнозировать конечные результаты, самостоятельно планировать деятельность, определять методы достижения целей.

**Проектный подход**

Учебный проект – учебно-познавательная деятельность, направленная на решение учащимся или группой учащихся научно-исследовательской, творческой или практической проблемы. Характеризуется общей целью, согласованностью методов и действий, расширенным решением проблемы. Данный подход предполагает, что учащийся ставит перед собой проблему и самостоятельно находит пути ее решения. В начальной школе проектный подход реализуется с учетом возрастных особенностей учащихся. Но, алгоритм проектной деятельности сохраняется (проект – выполняемая при поддержке учителя самостоятельная деятельность учащегося по решению значимой проблемы) сохраняется полностью. В рамках знакомства с содержанием раздела рекомендуется организация деятельности учащихся по подготовке коллективных/групповых проектов. Проектные работы не ограничиваются только лишь урочными часами, поэтому предусматривается и интеграция с внеурочной деятельностью.

**Использование информационно-коммуникационных технологий**

Компетентность в использовании информационно-коммуникационных технологий строится на базовых ИКТ-навыках и включает в себя правильное и творческое применение технологий для работы, досуга и коммуникации.

Учащиеся развивают навыки по ИКТ в процессе обучения по всем учебным предметам, находя, создавая и работая с информацией, сотрудничая и обмениваясь информацией и идеями, оценивая и затем совершенствуя свою работу, используя широкий спектр оборудования и приложений.

В учебной программе по предмету «Физическая культура» это включает:

* + использование мультимедийных ресурсов и СМИ;
  + поиск информации в Интернете и базах данных;
  + нахождение, выбор и обработка данных с цифровых и Интернет-источников и умение судить об их точности, надежности и важности;
  + умение получать, извлекать и систематизировать данные, используя количественную, текстовую, визуальную информацию и базы данных, включая использование гиперссылки, электронных таблиц, а также графических и других приложений;
  + использование ИКТ для создания и обработки информации;
  + исследование закономерностей и тенденций; изучение возможности использовать модели и моделирование, а также объединение неподвижных и движущихся изображений, звуков и текста для создания мультимедийных презентаций;
  + использование в полной мере гибкости цифровой информации для изучения других вариантов, уточнения и улучшения результатов;
  + сотрудничество, общение и обмен информацией по каналам связи для работы с другими учащимися и преподавателями через использование электронной связи, участие в онлайн форумах, в виртуальной среде обучения;
  + использование интерактивных досок для технической поддержки активных видов обучения;
  + мультимедийная презентация законченной работы в рамках школы или за ее пределами.

**3. Подходы к оцениванию учебных достижений**

Оценивание результатов изучения предмета «Физическая культура» осуществляется с применением критериального оценивания.

Критериальное оценивание основано на взаимосвязи преподавания, обучения и оценивания. Результаты критериального оценивания используются для эффективного планирования и организации образовательного процесса.

Критериальное оценивание включает формативное и суммативное оценивание.

Формативное оценивание проводится непрерывно, обеспечивает обратную связь между учащимся и учителем, и позволяет своевременно корректировать учебный процесс.

Суммативное оценивание проводится по завершении изучения блока учебной информации в определенном периоде обучения, используется для предоставлении обратной связи учащимся, выставления четвертных и годовых оценок по предмету.

**4. Организация содержания предмета «Физическая культура»**

**4.1. Распределение учебной нагрузки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Класс** | **Количество часов в неделю** | **Количество часов в год** |
| 1 класс | 3 часа | 99 часа |
| 2 класс | 3 часа | 102 часа |
| 3 класс | 3 часа | 102 часа |
| 4 класс | 3 часа | 102 часа |

**Долгосрочное планирование на 2016-2017 учебный год по предмету «Физическая культура»**

**(всего 99 часов, 3 часа в неделю)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Дата**  **проведения** | **Разделы долгосрочного плана** | **Тема/ Содержание долгосрочного плана** | **Цели обучения** |
|  |  | **1-четверть 27 часов** | | |
| **1,3** |  | **Раздел 1 – Знание и понимание о здоровье** | Техника безопасности  Что такое физическая культура | 1.3.4.4. Определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений |
| **2** |  | 1.3.1.1. Осознавать важность физической деятельности, получить общее понятие о здоровье |
| 4,6 |  | Режим дня, утренняя зарядка и физкультминутки | 1.3.2.2. Понимать важность необходимости разминки и заминки тела в физической деятельности |
| 5 |  | 1.3.3.3. Определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений |
| 7-9 |  | Бег и ходьба | 1.1.2.2. Знать основные физические движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями |
| 10-12 |  | Прыжки и метания | 1.1.1.1 Знать и уметь выполнять основные двигательные навыки и умения |
| 13 |  | 1.3.5.5. Определять собственные возможности участия в физической деятельности |
| **14-15** |  | **Раздел 2 - Развитие взаимоотношения и навыков общения через игры** | Сюжетно-ролевые подвижные игры | 1.2.8.8. Знать свою роль и начинать распознавать роли других при выполнении простых движений |
| 16-18 |  | Широкий ряд двигательных навыков | 1.1.2.2. Знать основные физические движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями |
| 19-21 |  | 1.2.2.2. Знать, как работать самостоятельно для достижения двигательных целей |
| 22-23 |  | Навыки общения в небольших группах и парах | 1.2.1.1. Знать и понимать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в физической деятельности |
| 24-25 |  | 1.2.3.3. Знать, как разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений |
| 26-27 |  | Польза физических занятий | 1.3.5.5. Определять собственные возможности участия в физической деятельности |
| **2 четверть -21 час** | | | | |
| **28** |  | **Раздел 3 – Креативность и критическое мышление посредством гимнастических упражнений** | Техника безопасности  Осанка и координация | 1.3.4.4. Определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений |
| **29-30** |  | 1.3.2.2. Понимать важность необходимости разминки и заминки тела в физической деятельности |
| 31-32 |  | Изучение ряда гимнастических фигур | 1.1.2.2. Знать основные физические движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями |
| 33-34 |  | Движения на простых гимнастических снарядах | 1.1.5.5. Знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах |
| 35-36 |  | 1.1.4.4. Уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам |
| 37 |  | Твои физические возможности | 1.2.2.2. Знать, как работать самостоятельно для достижения двигательных целей |
| 38-39 |  | 1.2.5.5.Понимать собственные и другие творческие задачи |
| **40-42** |  | **Раздел 4 – Казахские национальные подвижные игры** | Знакомство с традициями и культурой казахского народа | 1.2.7.7. Понимать в чем заключается патриотизм и как взаимодействовать во время выполнения индивидуальной и групповой деятельности |
| **43-45** |  | 1.3.5.5. Определять собственные возможности участия в физической деятельности |
| 46 |  | Вовлеченность через подвижные игры | 1.2.5.5.Понимать собственные и другие творческие задачи |
| 47-48 |  | 1.2.6.6. Называть и использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю |
|  |  | **3- четверть 27** | | |
| **49** |  | **Раздел 5 – Обучение двигательным навыкам посредством игр** | Техника безопасности  Сердцебиение и дыхание человека во время физической деятельности | 1.3.4.4. Определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений |
| **50-51** |  | 1.3.3.3. Определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений |
| 52 |  | Игра - как средство для развития индивидуальных физических качеств | 1.3.1.1. Осознавать важность физической деятельности, получить общее понятие о здоровье |
| 53-54 |  | 1.1.4.4. Уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам |
| 55-57 |  | Динамика и передвижение в пространстве | 1.1.5.5. Знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах |
| 58-60 |  | Подвижные игры с предметами | 1.1.3.3. Знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений |
| **61** |  | **Раздел 6 – Развитие опорно-двигательного аппарата через подвижные игры** | Навыки управления телом через имитационные упражнения | 1.3.4.4. Определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений |
| **62-63** |  | 1.2.2.2. Знать, как работать самостоятельно для достижения двигательных целей |
| 64-66 |  | Развитие опорно-двигательного аппарата | 1.2.8.8. Знать свою роль и начинать распознавать роли других при выполнении простых движений |
| 67-69 |  | 1.1.4.4. Уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам |
| 70 |  | Игры с мячом | 1.2.3.3. Знать, как разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений |
| 71-72 |  | 1.2.5.5.Понимать собственные и другие творческие задачи |
| 73 |  | Игры и упражнения со скакалкой | 1.2.1.1. Знать и понимать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в физической деятельности |
| 74-75 |  | 1.2.6.6. Называть и использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю |
|  |  | **4 четверть** | | |
| **76,78** |  | **Раздел 7 – Творческие и коммуникативные навыки посредством игр** | Техника безопасности  Творческие способности через игры | 1.3.4.4. Определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений |
| **77** |  | 1.2.8.8. Знать свою роль и начинать распознавать роли других при выполнении простых движений |
| 79 |  | Игры на развитие коммуникативных навыков | 1.1.2.2. Знать основные физические движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями |
| 80-81 |  | 1.2.4.4. Перечислять и использовать простые правила и структурные приемы при выполнении физических упражнений |
| 82 |  | Творческие идеи для игр | 1.2.5.5.Понимать собственные и другие творческие задачи |
| 83-84 |  | 1.2.6.6. Называть и использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю |
| 85-87 |  | Активность и самостоятельность в двигательной деятельности | 1.1.6.6. Знать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений |
| **88** |  | **Раздел 8 – Формирование здорового образа жизни** | Физическая деятельность на открытом воздухе | 1.3.4.4. Определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений |
| **89-90** |  | 1.3.1.1. Осознавать важность физической деятельности, получить общее понятие о здоровье |
| 91-93 |  | Быстрота, сила и ловкость | 1.1.3.3. Знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений |
| 94-96 |  | Задания на развитие прыгучести | 1.1.5.5. Знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах |
| 97 |  | Подвижные игры и эстафеты | 1.2.5.5.Понимать собственные и другие творческие задачи |
| 98-99 |  | 1.2.2.2. Знать, как работать самостоятельно для достижения двигательных целей |