

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы:

_____ Е.А. Хохрякова

Аннотация к программе по физической культуре 1- 4кл

Программа составлена на основе Фундаментального ядра содержания начального образования, требований к результатам основного начального образования, представленных в Федеральном государственном стандарте общего образования второго поколения, Комплексной программой физического воспитания учащихся и примерной программе по физической культуре и на основе авторской программы В. И. Ляха (Образовательная программа «Школа России»). В ней также учитываются основные идеи и положения программы развития и формирования универсальных учебных действий для основного начального образования.

Цель и задачи программы:

- формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3 ч в неделю (всего 405 ч): в 1 классе — 99 ч, во 2 классе — 102 ч, в 3 классе — 102 ч, в 4 классе — 102 ч. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активно-

сти и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Содержание программы:

Знания о физической культуре

Физическая культура.

Из истории физической культуры

Физические упражнения.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью

Самостоятельные игры и развлечения

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики.

Лыжные гонки

Подвижные и спортивные игры.