**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

**по физической культуре 1 – 4 классов (ФГОС НОО)**

Рабочая программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 года №373;

- «Комплексной программы физического воспитания 1-11 классы», автором - составителем которой являются В.И.Лях и А.А.Зданевич; издательство «Просвещение», Москва - 2010г.

**Место предмета в учебном плане:**

Учебная программа «Физическая культура» разработана для 1 - 4 класса начальной школы.

Программа рассчитана на 99 часов (33 учебные недели, 3 ч в неделю) в 1 классе и 102 часа (34 учебные недели, 3 ч в неделю) во 2 - 4 классах из расчета 3 часа в неделю.

**Целью учебной программы** по физической культуре является формирование

у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой. Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура, в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определённых знаний, двигательных навыков и умений. Реализация цели учебной программы соотносится с решением

следующих образовательных задач:

– укреплять здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

– совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов

спорта;

– 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, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Для реализации программы используются **учебники:**

В.И. Лях. Физическая культура. 1-4 классы. ФГОС. Учебник для общеобразовательных учреждений просвещение, 2010.

**Основные образовательные технологии.**

В процессе изучения дисциплины используется как традиционные, так и инновационные технологии проектного, игрового, дифференцированного физкультурного образования.

**Требования к уровню подготовки обучающихся.**

**1 класс**

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 1 класса должны:

**Знать**/понимать

1. связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и

повышением физической подготовленности;

2. способы изменения направления и скорости движения;

3. режим дня и личную гигиену;

4. правила составления комплексов утренней зарядки;

**Уметь**

– выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование

правильной осанки;

– выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;играть в подвижные игры;

– выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

– выполнять строевые упражнения;

– демонстрировать уровень физической подготовленности

**2 класс**

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного

предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

**Знать**/понимать

1. зарождение древних Олимпийских игр;

2. физические качества и общие правила определения уровня их развития;

3. правила проведения закаливающих процедур;

4. об осанке и правилах использования комплексов физических

упражнений для формирования правильной осанки;

**Уметь** – определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты,

гибкости);

вести наблюдения за физическим развитием и физической

подготовленностью;

выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);

выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;

выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого

мяча;

выполнять комплексы упражнений для развития равновесия; демонстрировать уровень физической подготовленности

**3 класс**

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного

предмета «Физическая культура» учащиеся 3 класса должны:

**Знать/**понимать

1. физическую культуру и ее содержание у народов Древней Руси;

2. символику и ритуал проведения Олимпийских игр

3. разновидности физических упражнений: общеразвивающих,

подводящих и соревновательных;

4. об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол

**Уметь** – составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений

на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;

выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для

освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;

проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);

составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие

результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе

соревнований;

вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время

выполнения физических упражнений;

демонстрировать уровень физической подготовленности

**4 класс**

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного

предмета «Физическая культура» учащиеся IV класса должны:

**Знать/**понимать

1. роли и значении занятий физическими упражнениями в подготовке

солдат в русской армии;

2. влияние современного олимпийского движения на развитие

физической культуры и спорта в России, крае.

3. физическую подготовку и ее связь с развитием физических качеств,

систем дыхания и кровообращения;

4. физическую нагрузку и способы ее регулирования;

5. причины возникновения травм во время занятий физическими

упражнениями, профилактике травматизма

**Уметь** – вести дневник самонаблюдения;

выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;

подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических

упражнений с разной нагрузкой;

выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по

упрощенным правилам;

оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и

потертостях;

демонстрировать уровень физической подготовленности

**Формы контроля.**

контроль за физической подготовленностью обучающихся проводится три

раза в учебном году (сдача нормативов, проекты)