

Аннотация рабочей программе по физической культуре 1-4 класс

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, Закона об образовании РФ в редакции от 01.01.2014 г., примерных программ УМК «Школа России», образовательной программы школы и базисного учебного плана школы.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Целью школьного физического воспитания является 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.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- 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.

Для реализации рабочей программы используется УМК «Школа России», в который входят учебники

1.Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы.- М.: Просвещение, 2013

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Основное содержание обучения в рабочих программах представлено в разделах: «Лыжные гонки», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Гимнастика», «Общая физическая подготовка», «Акробатические упражнения». Раздел «Плавание» не включен в изучение, так как нет условий для проведения уроков. В связи с этим, увеличено количество часов на акробатические упражнения и лыжную подготовку.

В результате освоения содержания основного общего образования по курсу учащиеся получают возможность совершенствоваться и расширять круг общих учебных умений, навыков и способов деятельности. В ходе изучения учебного курса «Физической культуры» имеется возможность вести работу по формированию у учащихся следующих умений:

- планировать и проводить индивидуальные занятия физическими упражнениями различной целевой направленности;
- выполнять индивидуально подобранные композиции ритмической гимнастики, комплексы атлетической гимнастики;
- преодолевать полосы препятствий с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы страховки и само страховки;
- выполнять комплексы упражнений общей и специальной физической подготовки;
- выполнять соревновательные упражнения и технико–тактические действия в избранном виде спорта;
- осуществлять судейство в избранном виде спорта;
- проводить физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, фрагменты уроков физической культуры (в роли помощника учителя);

- оказывать первую медицинскую помощь при травмах.

Рабочие программы предусматривают проведение традиционных уроков, обобщающих уроков, проведения практических занятий, работу со спортивным инвентарем, написание сообщений и рефератов.

Учебный процесс предусматривает теоретическую и практическую части.

Преобразующей формой текущего контроля выступает сдача контрольных нормативов.