

Аннотация к рабочей программе **Физическая культура** **1 класс**

Физическая культура —обязательный учебный курс в общеобразовательных организациях.

Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения —физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы)— достигается формирование физической культуры личности.

Рабочая программа составлена на основании авторской программы Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1 — 4 классы. /В.И. Лях. - 4 изд. - М. Просвещение, 2014.

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.

Содержание учебного курса «Физическая культура» 1-4 классы

№ п/п	Раздел программы	Количество часов по классу	
		1 кл.	
1.	Легкая атлетика.	22	
2.	Подвижные игры.	26	
3.	Гимнастика.	18	
4.	Подвижные игры на основе баскетбола.	12	
5.	Лыжная подготовка.	21	
6.	Знания о физической культуре.		
7.	Гимнастика с элементами акробатики.		
8.	Кроссовая подготовка.		
9.	Плавание.		
	Всего:	99	