

**Аннотация к рабочей программе по учебному предмету
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
для 1-4 классов ФГОС НОО**

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе:

- требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения;
- примерной программы начального общего образования по физической культуре;
- программы «Физическая культура» для 1-4 класса, авторы Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С., изд. Вентана-Граф 2012г.
- основной образовательной программы начального общего образования, базисного учебного плана МАОУ «Школа № 118 с углубленным изучением отдельных предметов»

Учебно – методический комплект допущен Министерством образования РФ и соответствует федеральному компоненту государственных образовательных стандартов начального общего образования.

Программа адресована обучающимся 1-4-х классов.

В соответствии с учебным планом школы на 2021/2022 учебный год на изучение данной программы из расчета 3 ч в неделю (всего 405 ч) отводится: 99 часов в 1 классе и 102 ч во 2-4 классах.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие человека, о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателем физического развития, показателями развития основных двигательных качеств.

В результате освоения предлагаемой программы учебного предмета «Физическая культура» учащиеся, закончившие этап начального обучения, должны:

называть, описывать и раскрывать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями в жизни младшего школьника;

- значение правильного режима дня, правильного питания, процедур закаливания, утренней гигиенической гимнастики, физкультурных пауз в течение учебного дня;

- связь физической подготовки с развитием двигательных качеств, опорно-двигательной, дыхательной и кровеносной систем;

- значение физической нагрузки и способы её регулирования;

- причины возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактику травматизма;

уметь:

- выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки, плоскостопия, зрения;

- выполнять упражнения дыхательной гимнастики, психорегуляции;

- составлять при помощи взрослых индивидуальные комплексы упражнений;

- варьировать предложенные комплексы упражнений для утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток;

- выполнять упражнения и простейшие акробатические и гимнастические комбинации, упражнения легкой атлетики;

- выполнять двигательные действия при передвижении на лыжах и плавании;

- участвовать в подвижных играх и организовывать подвижные игры со сверстниками, оценивать результаты подвижных игр;

- выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам;

- организовывать и соблюдать правильный режим дня;

- подсчитывать частоту сердечных сокращений и дыхательных движений для контроля состояния организма во время занятий физическими упражнениями;

- измерять собственные массу и длину тела;

- оказывать доврачебную помощь при легких травмах опорно-двигательного аппарата и кожных покровов.

Структура курса

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов 1 классов	Количество часов 2 классы	Количество часов 3 классы	Количество часов 4 классы
1	Легкая атлетика, в том числе	23	23	23	23

	основы знаний				
2	Спортивные игры и подвижные игры	22	25	24	24
3	Гимнастика с элементами акробатики, в том числе основы знаний	23	23	23	23
4	Лыжная подготовка, в том числе основы знаний	19	19	19	19
	Знания по физической культуре	12	12	13	13
ИТОГО		99 часов	102 часов	102 часов	102 часов

Формы промежуточной аттестации для учебного плана в НОО

Промежуточная аттестация МБОУ «Школа №118 с углубленным изучением отдельных предметов »по физической культуре проходит в форме сдачи рекомендуемых нормативов физической подготовленности учащихся общеобразовательных учреждений.

Условия выполнения видов испытаний нормативов

- Бег на 60 метров.
- Поднимание туловища из положения лежа на спине.
- Челночный бег.
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Для учащихся, освобожденных от занятий физкультуры по состоянию здоровья, предусмотрена промежуточная аттестация в виде тестовой работы. За каждый правильный ответ участнику дается 1 балл. 100-80 % набранных баллов – «отлично»; 79-60 % набранных баллов – «хорошо»; 59-40 % набранных баллов – «удовлетворительно»; 39% и ниже - «неудовлетворительно».