**Аннотация к рабочей программе по предмету «Физическая культура»**

**(ФГОС НОО 1 – 4 классы)**

*Общая характеристика программы*

Рабочая программа по физической культуре для 1 – 4 классов разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта, требований к результатам освоения основной образовательной программы НОО Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с. Канавка с учётом примерной программы начального общего образования по физической культуре под редакцией В. И.Ляха, А. А. Зданевича.

*Курс рассчитан:*

В 1 классе – 99 часов в год (3 часа в неделю).

Во 2 классе – 102 часа в год (3 часа в неделю).

В 3 классе – 102 часа в год (3 часа в неделю).

В 4 классе – 102 часа в год (3 часа в неделю).

*Целями изучения курса* являются:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию и всесторонней физической подготовленности учащихся;

- развитие жизненно важных двигательных умений и навыков, формирование опыта двигательной деятельности;

- овладение общеразвивающими и корригирующими физическими упражнениями, умением их использовать в режиме учебного дня, активного отдыха и досуга;

- воспитание познавательной активности, интереса и инициативы на занятиях физическими упражнениями, культуры общения в учебной и игровой деятельности.

Изучение предмета «Физическая культура» направлено на достижение следующих *задач*:

*Развитие*: развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;

*Воспитание*: содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;

*Освоение:* укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию;

*Формирование* *опыта*: формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни.

*Формы контроля:*

Тестирование, сдача нормативов.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование

*Требования к знаниям и умениям обучающихся:*

Учащиеся должны *знать:*

* об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;
* о способах и особенностях движений и передвижений человека, роль и значении психических биологических процессов в осуществлении двигательных актов;
* о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
* об обучении движениям, роль зрительного и слухового анализатора при их освоении и выполнении;
* о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействий на организм;
* о физических качествах и общих правилах их тестирования;
* об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактики осанки и поддержание достойного внешнего вида;
* о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.

Учащиеся должны *уметь:*

* Составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
* Вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать рыжим нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;
* Организовывать и проводить самостоятельные формы занятий, закаливающие процедуры по индивидуальным планам;
* Взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.

*Используемый учебно-методический комплект:*

Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся – М.: Просвещение, 2012. – 128с.

http://spo.1september.ru/ - газета "Спорт в школе"

http://zdd.1september.ru/ - газета "Здоровье детей