**Аннотация**

 **к рабочей программе по физкультуре 1-4 класс ФГОС**

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И.Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение, 2011).

 В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура»

вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится 102 часа в год, (3 часа в неделю).

 В программе программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой).

 Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

 Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе

является оценивание учащихся. Оценивание учащихся начинается со второго

класса. Отличительной особенностью преподавания физической культуры в первом классе является игровой метод. Большинство заданий учащимся первого класса рекомендуется планировать и давать в форме игры.

По окончании начальной школы учащийся должен показать уровень

физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе

«Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

**1.Подвижные игры**.

1-4 классы. Название и правила игры, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.

**2.Гимнастика с элементами акробатики**.

1-4 классы. Название снарядов и гинастических элементов, Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков.

**3.Легкоатлетические упражнения.**

1-2 классы. Понятия короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость; названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и в высоту. Техника безопасности на занятиях

3-4 классы. Понятие эстафеты. Команды «Старт!», «Финиш!». Понятия о темпе, длительности бега. Влияние бега на здоровье человека. Элементарные сведения о правилах соревнований, в прыжках, беге и метании. Техника безопасности на уроках.

**4.Приемы закаливания.**

1-2 классы. Воздушные ванны, Солнечные ванны. Измерение массы тела.

3-4 классы. Водные процедуры. Овладение приемами саморегуляции, связанными с умением расслаблять и напрягать мышцы. Тестирование физических способностей.

5.Социально-психологические основы.

1-2 классы. Влияние физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепление здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием.

3-4 классы. Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Выполнение жизненно важных навыков различными способами. Контроль за правильностью выполнения физических упражнений, тестирование физических качеств.

**Задачи физического воспитания учащихся 1-4 классов направлены:**

- на укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;

- овладение школой движения;

- развитие координационных способностей;

-формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитии двигательных способностей;

- выработку представлений об основных видах спорта;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.

Рабочий план составлен с учетом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации от 04. 12.2007г.3 329 –ФЗ (ред. От 21.04.2011г.);

- Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 04. 10. 2000г. №751;

- Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года. Распоряжение правительства РФ от 07.08.2009г. №1101-р;

- О проведении мониторинга физического развития обучающихся.

Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. №06-499;

- О концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011- 2015гг. Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.

|  |
| --- |
| **ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ** |
| **СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП** |
| Сертификат | 603332450510203670830559428146817986133868575873 |
| Владелец | Гончаренко Наталья Юрьевна |
| Действителен | С 20.04.2021 по 20.04.2022 |