

Аннотация **к рабочей программе по Физической культуре**

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» составлена на основе федеральной рабочей программы Физическая культура. 1- 4 классы

Сроки реализации программы – 4 года.

Количество часов:

- 1 класс – 99 ч (3 ч в неделю, 33 учебные недели);
- 2 класс – 102 ч (3 ч в неделю, 34 учебные недели);
- 3 класс – 102 ч (3 ч в неделю, 34 учебные недели);
- 4 класс – 102 ч (3 ч в неделю, 34 учебные недели);
- 5 класс – 102 ч (3 ч в неделю, 34 учебные недели).

Цель программы: 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.

Задачи:

- 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	Классы				
	1	2	3	4	5
Основы знаний о физической культуре	В процессе урока				
Легкая атлетика	42	45	45	45	45
Гимнастика с основами акробатики	18	18	18	18	18
Спортивные игры	27	27	27	27	27
Лыжная подготовка***	12	12	12	12	12
Итого количество часов:	99	102	102	102	102

***В связи с климатическими условиями возможна замена количества часов данного раздела на двигательную активность на свежем воздухе.