

Аннотация к рабочей программе учебной дисциплины «Физическая культура». 1 – 4 классы

<p>Общая характеристика рабочей программы «Физическая культура»</p>	<p>Основной концепцией рабочей программы по внеклассной физкультурно – оздоровительной и спортивной работе в начальной школе, в соответствии с федеральным компонентом государственного образовательного стандарта общего образования по физической культуре, является двигательная деятельность с оздоровительной и общеразвивающей направленностью.</p>
<p>Цель программы</p>	<p>Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В соответствии с этим, рабочая программа своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических целей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма; - формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; - освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.
<p>Учебные задачи программы</p>	<p>Предлагаемая программа по внеклассной физкультурно – оздоровительной и спортивной работе для учащихся начальной школы ориентируется на решение следующих основных задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> - углубление знаний о физической культуре; - расширение и закрепление двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, входящих в школьную программу; - достижения высокого уровня развития основных физических качеств; - воспитание нравственных качеств личности; - развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, приобщение к регулярным тренировкам; - укрепление здоровья.
<p>Место программы в ООП ООО</p>	<p>Согласно базисному учебному плану основного общего образования на обязательное изучение всех учебных тем программы по физической культуре</p>

	отводиться 102 часа, из расчёта 3 часа в неделю.
Требования к результатам освоения учебной программы	<p>В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 1 - 4 классов должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры:</p> <p>знать и иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> - об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр; - о способах и особенностях движений и передвижений человека, роли и значении психических и 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, роли зрительного и слухового анализатора при их освоении и выполнении; - о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм; о физических качествах и общих правилах их тестирования; - об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и зрения; - о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки; - контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений; организовывать и проводить самостоятельные формы занятий; <p>- взаимодействовать со сверстниками и одноклассниками в процессе занятий физической культурой.</p>
Формы организации учебного процесса	<p>Практические занятия, самостоятельная работа обучающегося,</p>
Образовательные технологии	<p>В процессе освоения программы «Физическая культура» используются следующие образовательные технологии: стандартные методы обучения: практические занятия</p>

Формы контроля

наблюдение, тестирование физических качеств.

--	--

--