

## **Аннотация к рабочей программе учебного предмета, курса «Физическая культура» 1-4 классы**

Рабочая программа по физической культуре для обучающихся 1-4 классов составлена на основе ООП НОО МБОУ ООШ д. Старое Мелково с использованием конструктора рабочих программ <https://edsoo.ru/constructor/>.

Цель и задачи 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;

- 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.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры – 405 часов: в 1 классе – 66 часов (2 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

Рабочая программа включает в себя:

- Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса (личностные, метапредметные, предметные);
- Содержание учебного предмета, курса;
- Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы. Срок реализации программы 4 года.

## Содержание программы:

### 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>		
1.1	Знания о физической культуре	6
Итого по разделу		6
<b>Раздел 2. Способы физкультурной деятельности</b>		
2.1	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьеформирующими физическими упражнениями. Самоконтроль	3
2.2	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты	5
2.3	Строевые команды и построения	1
Итого по разделу		9
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>		
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>		
1.1	Освоение упражнений основной гимнастики	22
1.2	Игры и игровые задания, спортивные эстафеты	10
1.3	Организующие команды и приёмы	1
Итого по разделу		33
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>		
2.1	Овладение физическими упражнениями	18
Итого по разделу		18
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>66</b>

### 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>		
1.1	Знания о физической культуре	4
1.2	Основы навыков плавания	1
Итого по разделу		5
<b>Раздел 2. Способы физкультурной деятельности</b>		
2.1	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьеформирующими физическими упражнениями	3
2.2	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые расчёты и упражнения	4
Итого по разделу		7
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>		

<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>		
1.1	Техника выполнения упражнений основной гимнастики	32
1.2	Игры и игровые задания, спортивные эстафеты	7
1.3	Организуемые команды и приёмы	1
Итого по разделу		40
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>		
2.1	Техника выполнения упражнений для развития координации и развития жизненно важных навыков и умений	16
Итого по разделу		16
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>		
1.1	Знания о физической культуре	3
1.2	Основы навыков плавания	4
Итого по разделу		7
<b>Раздел 2. Способы физкультурной деятельности</b>		
2.1	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями	5
2.2	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения	2
Итого по разделу		7
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>		
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>		
1.1	Специальные упражнения основной гимнастики	22
1.2	Игры и игровые задания	6
Итого по разделу		28
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>		
2.1	Комбинации упражнений основной гимнастики	8
2.2	Спортивные упражнения	12
2.3	Туристические физические упражнения	2
2.4	Подготовка к демонстрации полученных результатов	4
Итого по разделу		26
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>		
1.1	Знания о физической культуре	5
Итого по разделу		5
<b>Раздел 2. Способы физкультурной деятельности</b>		
2.1	Способы физкультурной деятельности	9
Итого по разделу		9
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>		
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>		
1.1	Техника выполнения специальных комплексов упражнений основной гимнастики	17
1.2	Универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий и выполнение перемещений различными способами передвижений	2
1.3	Игры и игровые задания	4
Итого по разделу		23
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>		
2.1	Универсальные умения выполнения физических упражнений при взаимодействии в группах	2
2.2	Универсальные умения плавания спортивными стилями	14
2.3	Универсальные умения удержания, броска, ловли, вращения, переката (передачи) гимнастических предметов (мяч, скакалка)	3
2.4	Универсальные умения удержания равновесий, выполнения прыжков, поворотов, танцевальных шагов индивидуально и в группах, выполнение акробатических упражнений	4
2.5	Организация и проведение подвижных игр, игровых заданий, спортивных эстафет. Организация участия в соревновательной деятельности, контрольно-тестовых упражнениях, сдаче нормативов ГТО	2
2.6	Игры и игровые задания, спортивные эстафеты	3
2.7	Подготовка к демонстрации достигнутых результатов	3
Итого по разделу		31
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>

Воспитательный компонент является базой для развития социально значимых отношений школьников и накопления ими опыта осуществления социально значимых дел. Основные воспитательные задачи, которые реализуются на уроках физкультуры:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах;
- знать и любить свою Родину – свой родной край – малую Родину, дом, двор, улицу, город, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
- быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;
- быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

