

Аннотация к программе по учебному предмету Физическая культура 1-4 классы.

Реализация программы предполагает использование УМК

- В.И. Ляха «Физическая культура» учебник для учащихся 1-4 классов. – М.: Просвещение, 2017г

Урок физической культуры – основная форма обучения жизненно-важным видам движений, которые имеют огромное значение в укреплении здоровья школьника. Уроки решают задачу по улучшению и исправлению осанки; оказывают профилактическое воздействие на физическое состояние ребенка; содействуют гармоничному физическому развитию; воспитывают координацию движений; формируют элементарные знания о личной гигиене, режиме дня; способствуют укреплению бодрости духа; воспитывают дисциплинированность.

Целью школьного физического воспитания является 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.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих **образовательных задач**:

- 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;

Предмет «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3 часа в неделю в 1-х классах, 2ч. в неделю во 2-4 классах (всего 303ч): в 1 классах, количество часов по физической культуре за год составляет —99ч, во 2 классе — 68ч, в 3 классе —68ч, в 4 классе — 68ч. В режиме пятидневной рабочей недели, на изучение предмета «Физическая культура» отводится 2 часа. Оптимальный объем двигательной активности обучающихся регламентируется п. 10.20 СанПиН и обеспечивается за счет охвата обучающихся различными видами внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению и за счет посещения учащимися спортивных секций.