

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области основная общеобразовательная школа с. Жигули муниципального района Ставропольский Самарской области

Аннотация к рабочей программе учебного предмета

«Физическая культура»

(начальное общее образование)

Предметная область: Физическая культура

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» (начальное общее образование) разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (с дополнениями и изменениями);
- Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ ООШ с. Жигули
- Физическая культура Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы. Лях В.И. М., Просвещение, 2019 г.

На изучение «Физической культуры» отводится **405 час, в том числе:**

в 1 классе- 99 часов,

в 2 классе- 102 часа

в 3 классе – 102 часа

в 4 классе – 102 часа

Предметные результаты освоения учебного предмета

«Физическая культура»

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;
- характеризовать роль и значение утренней гимнастики, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми,

соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья;
- планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешне школьной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха, соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели здоровья физического развития и физической подготовленности, вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств;
- выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приемы;
- выполнять легкоатлетические упражнения;
- выполнять акробатические упражнения; упражнения на гимнастическом бревне;
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

- выполнять гимнастические упражнения на снарядах;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол и волейбол по упрощенным правилам выполнять технику лыжных ходов, спусков, подъемов, торможения;
- оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы).

Рабочая программа содержит следующие разделы:

- **Основы знаний о физической культуре**
- **Способы физической деятельности**
- **Легкая атлетика**
- **Подвижные игры с элементами спортивных игр:**
- **Гимнастика с элементами акробатики**

Периодичность и формы контроля и промежуточной аттестации.

Контроль осуществляется в соответствии с Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации обучающихся ГБОУ ООШ с. Жигули