Аннотация: ФИЗКУЛЬТУРА 1-4 кл

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для 1-4-х классов разработана на основе

- Федерального государственного стандарта начального общего образования по физической культуре, утвержденного приказом Министерством образования и науки РФ « Об утверждении и введении в действие ФГОС НОО»

- Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения. / Составитель Е.С.Савинов.- 1‑е изд. — М.: Просвещение, 2011,

- Примерной программы начального общего образования по физической культуре (базовый уровень)/ Составитель Кузнецов А.А.- М.:

 Просвещение, 2011/;

- «Программы физического воспитания учащихся 1-4х классов» /автор А.П. Матвеев-, М. : Просвещение, 2011 г.;

**Задачи физического воспитания учащихся 4 классов**

Задачи физического воспитания учащихся 1-4 классов направлены на:

* содействие гармоническому физическому развитию, выработку умений использовать фи­зические упражнения, гигиенические процеду­ры и условия внешней среды для укрепления со­стояния здоровья, противостояния стрессам;
* формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уров­ня здоровья и разносторонней физической под­готовленности;
* расширение двигательного опыта посред­ством овладения новыми двигательными дей­ствиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
* дальнейшее развитие кондиционных (сило­вых, скоростно-силовых, выносливости, ско­рости и гибкости) и координационных способ­ностей (быстроты перестроения двигательных действий, согласования способностей к произ­вольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);
* формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной трени­ровке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполне­нии функций отцовства и материнства, подго­товки к службе в армии;
* закрепление потребности к регулярным за­нятиям физическими упражнениями и избран­ным видом спорта;
* формирование адекватной самооценки лич­ности, нравственного самосознания, мировоз­зрения, коллективизма, развитие целеустрем­ленности, уверенности, выдержки, самообла­дания;

дальнейшее развитие психических про­цессов и обучение основам психической ре­гуляции

Тематический план ориентирован на использование следующих учебных пособий для учащихся:

* Матвеев А.П.. Физическая культура: 1- 4 класс/ Академический школьный учебник/ – М.: Просвещение, 2011;
* «Твой олимпийский учебник» М : ФиС, 2004 под ред.В.С. Родиченко
* «Техника безопасности на уроках», Муравьев, 2011
* Воронова Е.А., «Здоровый образ жизни», Феникс,2012

**Планируемые результаты изучения учебного предмета**

В результате освоения предлагаемой программы учебного предмета «Физическая культура» учащиеся должны:

называть, описывать, раскрывать, объяснять:

* роль физической культуры в истории человечества и в со­временном обществе;
* связь между спортом и военной деятельностью;
* олимпийские виды спорта, виды соревнований, прово­димых в нашей стране, спортивные традиции, поддержива­емые в России, имена выдающихся отечественных спортс­менов;
* значение физического воспитания для современного че­ловека;
* принципы и значение здорового образа жизни и активно­го отдыха;
* признаки крепкого здоровья, правильной осанки;
* правила техники безопасности во время занятий физиче­скими упражнениями;
* основные меры профилактики травматизма;
* приёмы оказания доврачебной помощи при травмах;
* правила закаливания организма ;

**уметь:**

* выполнять упражнения утренней гигиенической гимнас­тики;
* выполнять упражнения физкультминуток;
* выполнять упражнения дыхательной гимнастики, для кон­центрации внимания,
* составлять и варьировать комплексы упражнений для ут­ренней гигиенической гимнастики, физкультминуток с учё­том индивидуальных особенностей и потребностей для раз­вития двигательных качеств;
* выполнять упражнения на лыжах (при наличии снежного покрова в зимний период в месте проживания);
* выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и во­лейболе;

***Правила поведения на занятиях физиче­скими упражнениями*:** согласовывать свое по­ведение с интересами коллектива; при выполне­нии упражнений критически оценивать собствен­ные достижения, поощрять товарищей, имеющих низкий уровень физической подготовленности; сознательно тренироваться и стремиться к воз­можно лучшему результату на соревнованиях.

***Уровень физической культуры****,* связан­ный с региональными и национальными осо­бенностями, определяют региональные и мест­ные органы управления физическим воспита­нием. Уровень физической культуры, составляющий вариативную часть (материал по выбору учителя, учащихся, определяемый самой шко­лой, по углубленному изучению одного или не­скольких видов спорта), разрабатывает и опре­деляет учитель.