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 кассах, 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 4классе — 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.