Аннотация учебного предмета

Аннотация к рабочей программе по учебному предмету
«Физическая культура», 1 класс

1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы школы.

Учебный предмет «Физическая культура» включен в образовательную область «Физическая культура и Основы безопасности жизнедеятельности» учебного плана школы. Рабочая программа по физической культуре для обучающихся 1 классов составлена на основе «Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования», представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного начального общего образования, с учётом распределённых по классам проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования и элементов содержания, представленных в Универсальном кодификаторе по физической культуре, а также на основе характеристики планируемых результатов физического развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрено решением ФУМО от 02.06.2020 г.).

В 1 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 99 часов.

Программа реализуется с помощью учебно-методический комплекта В.И. Лях «Физическая культура» 1-4 классы), рекомендованный Министерством образования РФ и входящий в федеральный перечень учебников.

2. Цель изучения учебного предмета.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья

школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной направленности.

3. Содержание учебного предмета.

Знания о физической культуре. Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование. *Оздоровительная физическая культура.* Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в

положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Лыжная подготовка. Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

4. Основные образовательные технологии.

В процессе изучения предмета используются не только традиционные технологии, методы и формы обучения, но и инновационные технологии, активные и интерактивные методы и формы проведения занятий: проектное, объяснительно - иллюстративное обучение, элементы технологии программируемого обучения.

5. Требования к результатам освоения учебного предмета.

Программа устанавливает требования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования по физической культуре на личностном, метапредметном и предметном уровнях.

6. Общая трудоемкость учебного предмета.

Количество часов в год -99, количество часов в неделю - 3. Контрольных работ- 10, практических работ - 89.

7. Формы контроля.

Промежуточная аттестация согласно Положения о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по основным общеобразовательным программам.

8. Составитель.

Богатова Наталья Валерьевна, физической культуры.