

**Аннотация к рабочим программам
по физической культуре**

1-4классов

Уровень изучения учебного материала: базовый (в соответствии с Лицензией).

УМК, учебник:

Преподавание физической культуры в МБОУ «СОШсУИОП №61» города Кирова осуществляется по комплексной программе физического воспитания учащихся 1-11-х классов В.И.Ляха и А.А.Зданевича (М.; Просвещение, 2011 г.).

Физическая культура. 1-4 классы: учебник для образовательных учреждений/ [М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торчкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского. – М.: Просвещение, 2012г.

Количество часов для изучения: 68

Основные разделы (темы) содержания:

Учебно- тематический план 1-4 классов(2 часа в неделю)

№	Разделы и темы	Количество часов (уроков)			
		Класс			
		1	2	3	4
Базовая часть		66	68	68	68
1	Знания о физической культуре	3	3	3	3
2	Способы физкультурной деятельности	3	3	3	3
3	Физическое совершенствование:				
	– гимнастика с основами акробатики	16	18	16	16
	– легкая атлетика	14	16	16	16
	– лыжные гонки	12	12	16	16
	– подвижные игры	18	16	14	14
	(в содержании соответствующих разделов программы)				

О требованиях к уровню подготовки учащегося для конкретного класса:

В результате изучения ученик 1-4 класса школы должен

Знать/понимать:

- Историческое развитие физической культуры в России.
- Педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательных действий и воспитания физических качеств.
- Физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечение при мышечных нагрузках.
- Возрастные особенности развития физических качеств.
- Способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- Правила личной гигиены, профилактики травматизма.

Уметь:

- Технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации.
- Проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей.
- Разрабатывать индивидуальный двигательный режим
- Контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений
- Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма
- Пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

Демонстрировать:

- Физические способности и физические упражнения на скорость, силу, выносливость, координацию движений и гибкость.