

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

по предмету «Физическая культура»

для 1-4 класса (НОО)

Нормативная основа разработки программы

Рабочая программа по физической культуре (1-4 классы) составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования /Министерство образования и науки РФ – М.:, Просвещение 2011г/. Является частью Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ СО «Гимназия № 11 (Базовая школа РАН)». Программа составлена на основе авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. М, «Просвещение», 2011 год.

Реализуемые УМК

Данная программа реализована в учебниках:

"Физическая культура 1-4 классы", В.И. Лях, издательство М.: "Просвещение", 2014-18 год.

Цель реализации программы

Учебный предмет «Физическая культура» реализует основную цель обучения:

формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;

выполнять строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя;

выполнять различные варианты висов, вис завесом, одной и двумя ногами;

выполнять кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, стойку на голове, на руках, на лопатках, мост;

выполнять упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед, выкрут, махи);

выполнять опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема, прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, крутить обруч;

научиться напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, массажными мячами, набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, направленными на развитие гибкости и координации движений, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;

пробегать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого раздела, перешагиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000 м,

передавать эстафетную палочку;

выполнять пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, бить и бросать по воротам, бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры, играть в спортивные игры

Срок реализации программы

Четыре года.

Место учебного предмета в учебном плане

Общий период освоения учебного предмета – 4 года, количество учебных часов – 405, в том числе:

1 год (1 класс) – 3 часа в неделю x 33 учебных недели = 99 учебных часов;

2 год (2 класс) – 3 часа в неделю x 34 учебных недели = 102 учебных часа;

3 год (3 класс) – 3 часа в неделю x 34 учебных недели = 102 учебных часа;

4 год (4 класс) – 3 часа в неделю x 34 учебных недели = 102 учебных часа.