**Аннотация к рабочей программе по предмету «Физическая культура»**

|  |  |
| --- | --- |
| Название курса | Физическая культура |
| Класс | 1 А |
| Количество часов | 99 ч |
| Составитель | Белова Е.М. |
| Реализуемый УМК | УМК «Начальная школа 21 века» |
| Цель курса | формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности        с общеразвивающей направленностью. Курс учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе реализует познавательную и социокультурную цели. |
| Срок реализации  программы | 1 год |
| Место учебного предмета  в учебном плане | 99 часов ( 33 учебные недели по 3 часа в неделю ). |
| Результаты освоения  учебного предмета  (требования к  выпускнику) | ***Личностные результаты:***  активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.  ***Метапредметные результаты:***  характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;  обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;  организация самостоятельной деятельности с учётом требовании её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;  планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;  анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;  ***Предметные результаты:***  планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использование средств физической культуры;  изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;  представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;  измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития  (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;  оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.  **Обучающиеся 1 класса научатся**:   1. иметь представление о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности; о способах изменения направления и скорости движения; о режиме дня и личной гигиене; о правилах составления комплексов утренней зарядки; 2. выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; 3. выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток; 4. играть в подвижные игры; 5. выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами; 6. выполнять строевые упражнения;   **Получат возможность научиться**:   1. выполнять метание малого мяча на дальность и точность, упражнения в передачах, бросках, ловли и ведении мяча, ударах по мячу; 2. выполнять упражнения в висах и упорах на гимнастических снарядах, кувырок из упора присев (вперед), стойку на лопатках; 3. выполнять лазанье по гимнастической стенке, по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях, подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке; 4. выполнять упражнения на освоение навыков равновесия (стойка на носках на одной ноге на полу и гимнастической скамейке, повороты  на 90º); 5. выполнять на основе танцевальных упражнений шаг с прискоком, приставные шаги, шаг галопа в сторону; 6. выполнять строевые упражнения: построение в колонну по одному и в шеренгу, в круг, перестроение по звеньям, повороты  и другие строевые команды; 7. выполнять упражнения по формированию правильной осанки, развития силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости, комплексы утренней гимнастики, физкультминуток и «подвижных перемен». |
| Структура курса | |  |  |  | | --- | --- | --- | | № | Тема | Количество часов | | 1 | Знания о физической культуре | 5 часов | | 2 | Способы двигательной активности | 6 часов | | 3 | Физическое совершенствование | 88 часов | |  | Итого: | 99 часов | |