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

|  |  |
| --- | --- |
| Название курса | Физическая культура |
| Класс | 2 Г |
| Количество часов | 68 |
| Составитель | Н. В. Жулякова |
| Реализуемый УМК | «Начальная школа XXI века» |
| Цель курса | Формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. |
| Срок реализациипрограммы | 1 год |
| Место учебного предметав учебном плане | Базовый уровень2 класс - 68 ч (2 ч в неделю) |
| Результаты освоенияучебного предмета(требования квыпускнику) | * выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки, плоскостопия, зрения;
* выполнять упражнения дыхательной гимнастики, психорегуляции;
* составлять при помощи взрослых индивидуальные комплексы упражнений для самостоятельных занятий физической культурой;
* варьировать предложенные комплексы упражнений для утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток;
* выполнять упражнения и простейшие акробатические и гимнастические комбинации, упражнения лёгкой атлетики;
* участвовать в подвижных играх и организовывать подвижные игры со сверстниками, оценивать результаты подвижных игр;
* выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощённым правилам;
* организовывать и соблюдать правильный режим дня;
* подсчитывать частоту сердечных сокращений и дыхательных движений для контроля состояния организма во время занятий физическими упражнениями;
* измерять собственные массу и длину тела;
* оказывать доврачебную помощь при лёгких травмах опорно-двигательного аппарата и кожных покровов.
 |
| Структура курса | **Знания о физической культуре (2 ч)** **Организация здорового образа жизни (2 ч)****Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью (2 ч)****Физкультурно – оздоровительная деятельность (1 ч)****Спортивно – оздоровительная деятельность (61 ч)***Лёгкая атлетика (14 часа)Лыжная подготовка (10ч)**Гимнастика с основами акробатики (13 ч)**Кроссовая подготовка(12ч)Подвижные и спортивные игры(12 ч)* |