

**Аннотация к рабочей программе
1Б класса
по учебному курсу «Физическая культура»
(базовый уровень)
на 2023- 2024 учебный год**

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы.

Предмет «Физическая культура» включен в базовую часть Федерального базисного плана для образовательных учреждений Российской Федерации.

Учебно- методический комплект (УМК)

- Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Цель изучения дисциплины:

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся 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 обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Задачи:

- 1) формирование у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности;
- 2) приобщение обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формированию интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознанию роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга;

Структура дисциплины

Знания о физической культуре . Способы самостоятельной деятельности

Физическое совершенствование Оздоровительная физическая культура.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Прикладно-ориентированная физическая культура

Основные образовательные технологии.

В процессе изучения дисциплины используется как традиционные, так и инновационные технологии проектного, игрового, проблемного обучения, ИКТ.

Требования к результатам освоения дисциплины

Ученик научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;

- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

Общая трудоемкость дисциплины (Общее количество часов, распределение часов по разделам)

На изучение физической культуры в 1 классе выделяется 99 ч (3 ч в неделю)

№п/п	Содержание программного материала	Количество часов
	Раздел 1. Знания о физической культуре	
1.1	Знания о физической культуре	2
	Итого по разделу	2
	Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности	
2.1	Режим дня школьника	1
	Итого по разделу	1
	ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ	
	Раздел 1. Оздоровительная физическая культура	
1.1	Гигиена человека	1
1.2	Осанка человека	1
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1
	Итого по разделу	3
	Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура	
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18
2.2	Лыжная подготовка	12
2.3	Легкая атлетика	18
2.4	Подвижные и спортивные игры	19
	Итого по разделу	67
	Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура	
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26
	Итого по разделу	26
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	99

Формы контроля

Промежуточная аттестация (контрольная работа)

Составитель: учитель 1 Б класса Ожиганова Т.В.