

## Аннотация к рабочей программе по физической культуре

### 1 - 4 классы

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе:

-Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;

-Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

-Планируемых результатов начального общего образования по предмету «Технология»;

-Авторской программы по технологии к УМК «Школа России». Сборник рабочих программ 1-4 классы, Москва «Просвещение», 2011 год. Автор: В.И.Лях

#### **Завершенная предметная линия учебников «Физическая культура»:**

1. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 кл.

Курс «Физическая культура» рассчитан на **405 часов**.

**В 1 классе** на изучение предмета отводится **99 часов** (3 часа в неделю, 33 учебные недели).

**Во 2-4 классах по 102 часа** (3 часа в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

#### **Содержание учебного курса.**

1. Базовая часть:

Основы знаний о физической культуре:

- естественные основы
- социально-психологические основы
- приёмы закаливания
- способы саморегуляции
- способы самоконтроля

Легкоатлетические упражнения:

- бег
- прыжки
- метания

Гимнастика с элементами акробатики:

- построения и перестроения
- общеразвивающие упражнения с предметами и без
- упражнения в лазанье и равновесии
- простейшие акробатические упражнения
- упражнения на гимнастических снарядах

Лыжная подготовка:

- освоение техники скользящего шага в равномерном темпе
- чередование скользящего шага с палками и без палок
- упражнения на развитие выносливости

Подвижные игры:

- освоение различных игр и их вариантов
- система упражнений с мячом

2. Вариативная часть:

- подвижные игры с элементами баскетбола

#### **Распределение часов по разделам и годам**

1 класс

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	<b>Базовая часть</b>	77
1.1	Основы знаний о физической культуре	<i>В процессе урока</i>

1.2	Подвижные игры	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4	Легкоатлетические упражнения	21
1.5	Лыжная подготовка	19
2	<b>Вариативная часть</b>	22
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	22
	ИТОГО:	99

2 класс

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	<b>Базовая часть</b>	72
1.1	Основы знаний о физической культуре	<i>В процессе урока</i>
1.2	Подвижные игры	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4	Легкоатлетические упражнения	21
1.5	Лыжная подготовка	21
2	<b>Вариативная часть</b>	24
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	24
	ИТОГО:	102

3 класс

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	<b>Базовая часть</b>	72
1.1	Основы знаний о физической культуре	<i>В процессе урока</i>
1.2	Подвижные игры	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4	Легкоатлетические упражнения	21
1.5	Лыжная подготовка	21
2	<b>Вариативная часть</b>	24
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	24
	ИТОГО:	102

4 класс

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	<b>Базовая часть</b>	72
1.1	Основы знаний о физической культуре	<i>В процессе урока</i>
1.2	Подвижные игры	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18

1.4	Легкоатлетические упражнения	21
1.5	Лыжная подготовка	21
2	<b><i>Вариативная часть</i></b>	24
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	24
	ИТОГО:	102
	ИТОГО ЗА 4 ГОДА:	405