**Аннотация к рабочим программам**   
по **физической культуре**

**Класс: 1**

**Уровень изучения учебного материала**: базовый

**УМК, учебник**:

Учебник.Физическая культура. 1 класс: учеб. для общеобразоват. Учреждений/ А.П. Матвеев;Рос.акад.наук, Рос. Акад.образования, изд – во «Просвещение». – М.: Просвещение

**Количество часов для изучения**: 66

**Основные разделы (темы) содержания**:

* гимнастика с основами акробатики: 12
* легкая атлетика: 14
* лыжная подготовка: 14
* подвижные игры: 12
* подвижные игры на основе спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол): 14

**Класс: 2**

**Уровень изучения учебного материала**: базовый

**УМК, учебник**:

Учебник.Физическая культура. 2 класс: учеб. для общеобразоват. Учреждений/ А.П. Матвеев;Рос.акад.наук, Рос. Акад.образования, изд – во «Просвещение». – М.: Просвещение

**Количество часов для изучения**: 68

**Основные разделы (темы) содержания**:

* гимнастика с основами акробатики: 12
* легкая атлетика: 14
* лыжная подготовка: 14
* подвижные игры: 12
* кроссовая подготовка:6
* подвижные игры на основе спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол): 10

**Класс: 3**

**Уровень изучения учебного материала**: базовый

**УМК, учебник**:

Учебник.Физическая культура. 3-4 классы: учеб. для общеобразоват. Учреждений/ А.П. Матвеев;Рос.акад.наук, Рос. Акад.образования, изд – во «Просвещение». – М.: Просвещение

**Количество часов для изучения**: 68

**Основные разделы (темы) содержания**:

* знания о физической культуре: 3
* способы физкультурной деятельности:3

**Физическое совершенствование:**

**-** гимнастика с основами акробатики и подвижные игры и спортивные игры (с элементами волейбола): 14

легкая атлетика и подвижные игры и спортивные игры (с элементами баскетбола и футбола): 33

* лыжная подготовка и подвижные игры: 15

**Класс**: **4**

**Уровень изучения учебного материала**: базовый (в соотвествии с Лицензией).

**УМК, учебник**:

Учебник.Физическая культура. 3-4 классы: учеб. для общеобразоват. Учреждений/ А.П. Матвеев;Рос.акад.наук, Рос. Акад.образования, изд – во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2011г.

**Количество часов для изучения**: 68

**Основные разделы (темы) содержания**:

* знания о физической культуре: 3
* способы физкультурной деятельности:3

**Физическое совершенствование:**

**-** гимнастика с основами акробатики и подвижные игры и спортивные игры (с элементами волейбола): 14

легкая атлетика и подвижные игры и спортивные игры (с элементами баскетбола и футбола): 33

* лыжная подготовка и подвижные игры: 15

**О требованиях к уровню подготовки учащегося:**

**Выпускник научится:**

* ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
* раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
* ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;
* характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

**Выпускник получит возможность научиться:**

* *выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью (в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурноспортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО));*
* *характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.*

**Способы физкультурной деятельности**

**Выпускник научится:**

* отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
* организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
* измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

* *вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;*
* *целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;*
* *выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах*.

**Физическое совершенствование**

**Выпускник научится:**

* выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
* выполнять организующие строевые команды и приёмы;
* выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
* выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);
* выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма), ;
* выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности;
* выполнять нормативы Всероссийского физкультурноспортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Выпускник получит возможность научиться:**

* *сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;*
* *выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;*
* *играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;*

*выполнять тестовые нормативы по физической подготовке*