

Аннотация к рабочей программе дисциплины «Физическая культура».

УМК «Школа России»

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 2 класса разработана на основе примерной программы по физической культуре, федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха. М, «Просвещение», 2013 год.

Согласно федеральному базисному учебному плану в МБОУ «СОШ№2» на изучение предмета «Физическая культура» в 2 классе отводится 102 часа в год, из расчёта 3 часа в неделю.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

– воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Содержание программы представлено следующими разделами:

Знания о физической культуре (4 ч) Режим дня. Что такое частота сердечных сокращений и как её измерять. Как оказать первую помощь при травмах.

Гимнастика с элементами акробатики (33 ч) Построение в шеренгу и колонну. Наклоны вперёд из положения стоя. Подъём туловища за 30 с на скорость. Подтягивание из виса лёжа согнувшись, вис согнувшись, вис прогнувшись. Кувырок вперёд и назад. Стойка на лопатках, на голове. Мост. Лазание по гимнастической стенке, перелезание. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Разминки с мешочками, скакалками, обручами, с гимнастической палкой, у гимнастической стенке, на матах.

Лёгкая атлетика (35 ч) Выполнение техники высокого старта. Выполнение челночного старта. Метать на дальность и на точность. Прыжки в длину с места и с разбега. Преодоление полосы препятствий. Прыжки в высоту. Бросок набивного мяча.

Подвижные игры (30 ч) «Ловишки», «Салки», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Хвостики», «Вышибалы», «Волк во рву», «Ко и мыши» и др.