

Аннотация к рабочей программе.

Наименование курса	Физическая культура
Класс	4
Автор УМК	Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» 4 класс разработана на основе примерной программы по физической культуре, утвержденной приказом Министерства образования РФ 05.03.2004 № 1089 и авторской учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2005) .
Количество часов	69 часов
Составитель	Тарасова Е.С.
Цель курса	Цели: сформировать у учащихся начальной школы основы здорового образа жизни; развивать творческую самостоятельность посредством освоения двигательной деятельности. Задачи: укреплять здоровье школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма; совершенствовать жизненно важные навыки и умения посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта; формировать общие представления о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности; развивать интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга; обучать простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности. Программа обучения физической культуре направлена на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы).
Планируемые результаты	• объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины; • осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем; • приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости; • приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом,

	характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой; • проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости; • демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя); • демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания; • демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение; • выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием; • выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность; • выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности; • выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.			
Структура рабочей программы.	1. Пояснительная записка. 2. Планируемые результаты освоения учебного предмета в рамках ФГОС начального общего образования. 3. Содержание учебного предмета. 4. Тематическое планирование. 5. Структура курса.			
Структура курса	№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	
			Всего	
	Раздел 1. Знания о физической культуре			
	1.1	Знания о физической культуре	2	
	Итого по разделу		2	
	Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
	2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3	
	2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	
	Итого по разделу		5	
	ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура				

	1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	
	1.2	Закаливание организма	1	
	Итого по разделу		2	
	Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура			
	2.1	Гимнастика с основами акробатики	12	
	2.2	Легкая атлетика	8	
	2.3	Подвижные и спортивные игры	15	
	Итого по разделу		35	
	Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура			
	3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26	
	Итого по разделу		19	
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		69	