

**Аннотация к рабочим программам  
по предмету «Физическая культура» в 1 классах**

**1 класс**

|                  |  |
|------------------|--|
| Название курса   | <b>Физическая культура</b>   |
| Класс            | 1  |
| Количество часов | 2 часа в неделю, 68 часов в год  |
| Составители      | Касьянова К.С., Кольгина В.И., Мухаметшина А.Р., Карсакова О.Ю.  |
| Цель курса       | <p>В направлении личностного развития: формирование компетенции детей в области выполнения основных двигательных действий, как показателя физической культуры человека.</p> <p>В метапредметном направлении:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;</li> <li>- совершенствование навыков в базовых двигательных действиях, их вариативного использования в игровой деятельности и самостоятельных учебных занятиях.</li> </ul> <p>В предметном направлении:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми, с повышенной координационной сложностью;</li> <li>- формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;</li> <li>- расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;</li> <li>- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.</li> </ul> |
| Структура курса  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знания о физической культуре-2 ч.</li> <li>2. Режим дня школьника- 1 ч.</li> <li>3. Гигиена человека- 1ч.</li> <li>4. Осанка человека-1 ч.</li> <li>5. Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника-2 ч.</li> <li>6. Гимнастика с основами акробатики-16 ч.</li> <li>7. Лыжная подготовка-6 ч.</li> <li>8. Легкая атлетика-14 ч.</li> <li>9. Подвижные и спортивные игры- 10 ч.</li> <li>10. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО- 13 ч.</li> </ol>   |