

## **Аннотация к рабочей программе**

### **по учебному предмету «Физическая культура» 3 класс**

Актуальность образования в области физической культуры определяется необходимостью формирования у обучающихся начальной школы устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

#### **Цель**

Целью учебной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

#### **Задачи программы:**

- 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 движения, 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 образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным 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.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность с общеразвивающей и коррекционной направленностью. В процессе овладения этой деятельностью корригируются психофизические качества, укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Система физического воспитания, объединяет урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, создаёт максимально благоприятные условия для раскрытия, развития и коррекции не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения, формирование физической культуры личности.

Важнейшим требованием проведения урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Всего на изучении физической культурой в 3-м классе выделяется 105 часа (из расчета 3 часа в неделю).

#### **Учебно-методический**

**комплект:**

1 Программа для общеобразовательных учреждений для 1-4 классов «Физическая культура» Лях В.И., Москва, «Просвещение», 2014;

2 Учебник Лях В.И. «Физическая культура 1-4 класс». Москва, «Просвещение». 2014.

#### **Дополнительные материалы ( для учителя):**

«Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. Волгоград: Учитель, 2013)

Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». Москва ВАКО, 2014)

Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» Москва, «Просвещение», 2015)

Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». Москва, МГИУ, 2015)

Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». Москва , издательство «Глобус», 2016)

Былеева Л.В. и др. Подвижные игры. Практический материал. - Москва , ТВТ «Дивизион», 2014.

Физкультура И.И. Должиков, Москва 2015 год;

Развитие физических способностей детей И.М. Бутин, А.Д. Викулов, Москва 2015 год;

В помощь школьному учителю В.И. Ковалько, Москва 2014 год;

Погадаев Г.И., Артеменко О.И., Цехмистренко Т.А. Использование народных игр на уроках физической культуры при трехчасовой учебной нагрузке. - Москва, 2013.