**Аннотация**

 Рабочая программа составлена на основе  федерального государственного образовательного стандарта  начального общего образования, Примерной  образовательной программы,  «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012).

         Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе использую учебники: Лях В.И. Физическая культура. 1 – 4 кл.: учебник для образовательных учреждений. М.: Просвещение, 2014г.

                                        **Общая  характеристика предмета**

Физическая  культура--  это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «физическая  культура» является основой  физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения—  физкультурно-оздоровительными  мероприятиями в режиме  учебного дня  (физкультминутки  зарядки и т. п.) и второй половины дня ( гимнастика, подвижные игры  во второй  половине дня), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции группы ОФП), физкультурно-массовыми  и спортивными  мероприятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т. п.)—достигается формирование  физической культуры  личности. Она включает в себя мотивацию  и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами  физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую  подготовленность.

            В Федеральном  законе «О  физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г.№329-ФЗ  отмечено, что организация физического  воспитания и образования в общеобразовательных учреждениях  включает  в себя  проведение  обязательных занятий  по  физической  культуре в пределах  основных  общеобразовательных  программ в объеме, установленном   государственными  образовательными  стандартами,  а также  дополнительных  (факультативных)  занятий  физическими  упражнениями и спортом в пределах  дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

***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.

**Задачи обучения:**

• 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.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.