

Физическая культура

Рабочая учебная программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. В системе предметов общеобразовательной школы курс «Физическая культура» реализует следующую цель - формировать у обучающегося начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой.

Реализация цели данной программы соотносится с решением следующих задач:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
 - содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
 - формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
 - формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
 - совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
 - формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
 - развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
 - обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.
- В программе курса «Физическая культура» выделяются три раздела: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности» и «Физическое совершенствование». Изучение учебного материала происходит в рамках овладения следующими видами спорта (гимнастика, легкая атлетика, лыжи, спортивные игры, плавание).