

## Аннотация к рабочей программе по предмету «Физическая культура» для 5 класса

Предмет	Физическая культура
Класс	5
Основные нормативные документы	<p>1) Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897) С изменениями и дополнениями от: 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 11 декабря 2020 г.</p> <p>2) Примерной программой основного общего образования по физической культуре (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15);</p> <p>3) Федеральным перечнем учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253; с изменениями и дополнениями от 8 июня, 28 декабря 2015 г., 26 января, 21 апреля, 29 декабря 2016 г., 8, 20 июня, 5 июля 2017 г);</p> <p>4) Учебный план МОУ СШ с.Лавы на 2021-2022 уч. год.</p>
Общие цели учебного предмета	<p>Цель учебного предмета в основной школе – формирование физической культуры личности учащихся посредством освоения основ физической деятельности с общефизической и спортивно-оздоровительной направленностью:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование знаний и способов развития физических качеств, организации и проведения самостоятельных занятий общефизической и спортивной подготовкой;</li> <li>- обучение технике двигательных действий базовых видов спорта и элементам тактического взаимодействия во время соревнований;</li> <li>- развитие функциональных возможностей организма, основных физических качеств, скоростных, силовых и скоростно- силовых способностей с учётом возрастной динамики полового созревания, состояния здоровья и индивидуальных темпов психофизического развития школьников;</li> <li>- обучения способам контроля состояния здоровья, профилактики утомления средствами физической культуры, оказание доврачебной помощи на занятиях физическими упражнениями, элементарным приёмам массажа и самомассажа.</li> </ul>
Изучаемый материал	<p>Выпускники должны знать/понимать: влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;</p>

	<p>способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;</p> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;</li> <li>выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;</li> <li>преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;</li> <li>выполнять приемы страховки и само страховки;</li> <li>осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;</li> <li>использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; подготовки к профессиональной деятельности, организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях; активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.</li> </ul>
<p>Место учебного предмета в учебном плане</p>	<p>Рабочая программа рассчитана на 102 учебных часа: 3 учебных часа в неделю, 34 учебные недели.</p>
<p>Структура программы</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Титульный лист;</li> <li>2) планируемые результаты освоения учебного предмета, курса;</li> <li>3) содержание учебного предмета, курса;</li> <li>4) тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.</li> </ol>