

Аннотация к рабочей программе «Физическая культура».

Рабочая программа по физической культуре для 5-х классов составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования; примерной программы по физической культуре и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2021); Учебно-методическое пособие. Физическая культура. Рабочие программы по учебникам М.Я Виленского, В.И Ляха/авт.-сос. Г.О Рощина .-Волгоград: Учитель, 2021.

Рабочая программа ориентирована на использование учебников:

- Физическая культура. 5-6-7 классы: для общеобразовательных организаций, Под редакцией М.Я. Виленского 5–е изд. Москва «Просвещение» 2021г

- «Физическая культура» 8-9 класс для общеобразовательных организаций, В.И. Лях 2 –е изд. М.: «Просвещение», 2021г Изучение физической культуры на уровне основного общего образования направлено на достижение следующих целей: 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. Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих задач:

- содействовать гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

- обучать основам базовых видов двигательных действий; • развивать координационные (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);

- формировать основы знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; • выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

- углубить представление об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

- воспитывать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время; • выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

- формировать адекватной оценки собственных физических возможностей.

Согласно учебному плану школы на 2021-2022 учебный год, на изучение учебного предмета «Физическая культура» в 5 классах отводится 2 часа в неделю(68 учебных часа в год в 5 классах).