

### Аннотация к рабочей программе «Физическая культура»

<b>Название предмета</b>	Физическая культура
<b>Класс</b>	5
<b>Реализуемый УМК</b>	Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. /Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура 5-7 АО «Издательство «Просвещение» Программа соответствует требованиям ФГОС ООО- 2021
<b>Срок реализации программы</b>	2022-2023 гг
<b>Место учебного предмета в учебном плане</b>	В 5 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа. Учебных недель -34 часа
<b>Основные содержательные линии</b>	Знания о физической культуре, Физическое совершенствование: Физкультурно-оздоровительная деятельность, Модуль «Гимнастика», Модуль «Лёгкая атлетика», Модуль «Зимние виды спорта», Модуль «Спортивные игры», Модуль «Спорт»
<b>Результаты освоения учебного предмета</b>	<p><b>К концу обучения в пятом классе обучающийся научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;</li> <li>– проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;</li> <li>– составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;</li> <li>– осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультурминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;</li> <li>– выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;</li> <li>– выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки);</li> <li>– выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики); в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);</li> <li>– передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;</li> <li>– выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по</li> </ul>

	<p>учебной дистанции; демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для бесснежных районов — имитация передвижения);</li><li>– демонстрировать технические действия в спортивных играх:</li><li>– баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);</li><li>– волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);</li><li>– футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);</li><li>– тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.</li></ul>
--	--