

Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 5 класса.

Рабочие программы учебных предметов и курсов составлены на основе:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (приказ МОиН РФ №373 от 06.10.2009г.);
3. Приказ МОиН РФ №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373» от 31.12.2015г;
4. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ МОиН РФ №1897 от 17.12.2010г);
5. Приказ МОиН РФ №1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010г. №1897» от 31.12.2015г;
6. Фундаментальное ядро содержания общего образования;
7. Примерные программы, созданные на основе федерального государственного образовательного стандарта;
8. Учебный план МБОУ Мукшинская СОШ 2019-2020 учебный год;
9. Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ Мукшинская СОШ// Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ Мукшинская СОШ;
10. Федеральный перечень учебников, утверждённых, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования (Приказ от 28 декабря 2018г. № 345 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего образования»

В Рабочей программе раскрыто содержание изучаемого материала, пути формирования системы знаний, умений и навыков учащихся.

Для обязательного изучения учебного предмета «физическая культура» на этапе начального общего образования федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации отводит в 5-7 классах - по 102 часа, по 3 часа в неделю. Формы работы на уроке – индивидуальная, фронтальная, групповая.

Физическое воспитание в основной школе должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни.

Освоение учебного предмета «Физическая культура» направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных

физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В процессе освоения предмета «Физическая культура» на уровне основного общего образования формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретается опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учётом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности.

Предусмотрены следующие формы контроля: тесты уровня физической подготовленности и контрольные нормативы по освоению двигательных качеств.

Реализация программы осуществляется с использованием УМК «Физическая культура», авторы: Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др. входящего в федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2019-2020 учебный год.

Физическая культура

5 класс

Место в учебном плане: 68 часов в год (2 часа в неделю).

Обучение ведется по учебнику: Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др.

Физическая культура: учеб. для учащихся 5-7 кл. М.: Просвещение, 2019 г.

Разделы курса:

Легкая атлетика.

Гимнастика.

Лыжная подготовка.

Спортивные игры.

Учебно – тематический план для 5 класса.

№ п/п	Раздел, тема	Кол – во часов	В том числе		Форма контроля
			теоретических занятий	практических занятий	
	1 четверть	19 часов			
1	Лёгкая атлетика с элементами подвижных игр.	10	1 и в процессе уроков.	9	Бег 30 м и 60 м, прыжки в длину с места, подтягивание на высокой перекладине-мальчики и низкой перекладине-девочки, челночный бег 3x10 м., бег 6 мин. и 1500 м. Прыжки в длину с разбега, метание мяча на результат и в процессе уроков по изученным темам.
2	Русская лапта.	3	В процессе уроков.	3	Подачи и удары по мячу, перебежки.

3	Баскетбол	6	В процессе уроков.	6	Вставание в сед из положения лёжа на спине за 30 сек., упражнение на гибкость из положения стоя на скамейке. Ловля и передача мяча 2-мя руками от груди на месте. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке, ведение с изменением направления движения и скорости, броски в кольцо одной и двумя руками и в процессе уроков по изученным темам.
	2 четверть	18 час			
1	Гимнастика.	15	1 и в процессе уроков.	14	Прыжки на скакалке за 20 сек и за 1 мин. Подтягивание на высокой перекладине – мальчики, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от скамейки – девочки. Кувырок вперёд и назад, стойка на лопатках, «мост» из положения лёжа, кувырок назад и перекатом стойка на лопатках, акробатическая комбинация, опорный прыжок, лазанье по канату в два приёма, круговая тренировка и в процессе уроков по изученным темам.
2	Лыжная подготовка.	3	1 и в процессе уроков.	2	Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Режим труда и отдыха.
	3 четверть	21 час			
1	Лыжная подготовка с элементами подвижных игр.	18	В процессе уроков.	18	Скользкий шаг, одновременный бесшажный ход, попеременный двухшажный ход, одновременный двухшажный ход, торможение «плугом», повороты переступанием в движении. Прохождение дистанции 1000 и 2000 м. на время и на дистанцию 3000 м. без учёта времени коньковым ходом и в процессе уроков по изученным темам.
2	Спортивные игры – волейбол.	3	В процессе уроков.	3	Передачи мяча двумя руками над собой, нижняя прямая подача мяча. В процессе уроков по изученным темам.
	4 четверть	10 часов			
1	Волейбол.	5	В процессе уроков.	5	Нижняя прямая подача мяча с 4 и 6 м от сетки, приём мяча двумя руками снизу. В процессе уроков по изученным темам.
2	Лёгкая атлетика.	5	В процессе уроков.	5	Бег 30, 60 м, прыжки в длину с места, прыжки в длину с разбега, подтягивание на высокой перекладине- мальч. и

					низкой перекладине-дев., челночный бег 3x10 м., специальные беговые упражнения. Метание малого мяча на дальность с 4-5 бросковых шагов, бег 6 мин, передача эстафетной палочки. В процессе уроков по изученным темам.
	Итого:	68			