

## **Аннотация**

### **к рабочей программе по физической культуре для 5 класса**

Рабочая программа по физической культуре для 5 класса составлена на основе примерной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича/авт.-сост. А.Н.Каинов, Г.И.Курьерова. – Изд. 2-е. - Волгоград: Учитель, 2012.

Для реализации рабочей программы Физическая культура. 5 класс используется следующий учебно – методический комплект:

Физическая культура. 5-7 классы: учебник для общеобразовательных организаций / (М.Я.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова и др.); под ред. М.Я.Виленского. - 2-е изд. - М.: Просвещение, 2013.

**Цель физического воспитания:** содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.

**Задачи** физического воспитания учащихся 5 классов направлены:

- на содействие гармоническому развитию личности, укреплению здоровья учащихся, закреплению навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия; на содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций, на здоровый образ жизни;

- на обучение основам базовых видов двигательных действий;

- на дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

- на формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей на основе систем организма;

- на углубленное представление об основных видах спорта;

- на приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятиям любимым видом спорта в свободное время;

- на формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

- на содействие развития психических процессов и обучение психической саморегуляции.

Согласно календарному учебному графику на 2020-2021 учебный год, на изучение учебного предмета в 5 классе отводится 35 учебных недель (70 учебных часов при учебной нагрузке 2 часа в неделю).

В данной рабочей программе на изучение учебного предмета отведено 68 учебных часа в соответствии с выходными, нерабочими и праздничными днями в 2020-2021 учебном году.