

Аннотация  
к рабочей программе основного общего образования (5 класс)

Обязательная часть	
Учебный предмет	Аннотация
Физическая культура	<p>Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО-2021 и ООП ООО МБОУ «Бенжерепская СОШ». В соответствии с учебным планом на изучение учебного предмета «Физическая культура» в 5 классе выделено 68 часов.</p> <p>Рабочая программа содержит:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Содержание учебного предмета;</li><li>2. Планируемые результаты освоения учебного предмета;</li><li>3. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов.</li></ol> <p>Предметные результаты.</p> <p>К концу обучения в 5 классе обучающиеся научатся:</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 ее показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике ее нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;</li><li>- составлять дневник физической культуры и вести в нем 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 физминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;</li><li>- выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации 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 разноименным способом верхи по диагонали;</li><li>-выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;</li><li>-демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;</li><li>-передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для бесснежных районов- имитация передвижения);</li><li>-- демонстрировать технические средства в спортивных играх;</li></ul>

	<p>-баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; прием и передача двумя руками от груди с места и в движении);</p> <p>-волейбол (прием и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);</p> <p>-футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, прием и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);</p> <p>-тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учетом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.</p> <p>Содержание рабочей программы обеспечивает достижение планируемых результатов освоения ООП ООО МБОУ «Бенжерепская СОШ».</p>
--	--