

Название курса	Физическая культура
Класс	5а
Количество часов	102 ч (3 часа в неделю)
Составитель	Виноградский Андрей Евгеньевич
Статус документа	Школьная программа по физической культуре составлена на основании следующих нормативно-правовых документов: - Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, на 2020/2021 учебный год. Утвержден приказом Министерства просвещения РФ №345 Минпросвещения России от 20.05.2020 №254; - Программы развития ГБОУ СОШ № 481 с углубленным изучением немецкого языка Кировского района Санкт- Петербурга 2020-2025гг.; - Образовательная программа ГБОУ СОШ 481 с углубленным изучением немецкого языка Кировского района Санкт- Петербурга; - Выписка из основной образовательной программы ГБОУ СОШ 481 с углубленным изучением немецкого языка Кировского района Санкт- Петербурга на 2021-2022 учебный год - Федерального Закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 29.06.2015) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (с изменениями на 26 июля 2017) - Положения Правительства Российской Федерации о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО) - Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2011). - приказа Министерства Образования Российской Федерации от 05. 03. 2004г. №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»; - Распоряжения Правительства Российской Федерации "О комплексе мер по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) на 2015-2017 годы
Цель и задачи курса	Основной целью обучения физической культурой в общеобразовательной школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми

	физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность. Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих задач, направленных на: - укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию; - обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; - развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей; - приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта; - воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; - содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности. Задачи физического воспитания учащихся 5 класса направлены: – на содействие гармоническому развитию личности, укреплению здоровья учащихся, закреплению навыков правильной осанки, профилактики 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
Структура курса	1. Легкая атлетика - 11 час 2. Кроссовая подготовка - 8 часов 3. Гимнастика - 16 часов 4. Спортивные игры - 41 часов 5. Кроссовая подготовка - 9 часов 6. Легкая атлетика - 8 час 7. Модуль ОБЖ- 9 часов
Учебно-методическое обеспечение РП	Авторы: М.Я. Виленский , В.И. Лях. Изд-во «Просвещение»