|  |  |
| --- | --- |
| название предмета | **Физическая культура** |
| Класс | 1 |
| Количество часов | 99 ч (3 часа в неделю) |
| УМК | В.И. Лях |
| Цель курса | Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.  Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач:**  • укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;  • формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;  • овладение школой движений;  • развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;  • формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;  • выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;  • формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;  • приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;  • воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.  **Предметом** обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. |
| Структура курса | «Знания о физической культуре» (информационный компонент),  «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент)  «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент). |

|  |  |
| --- | --- |
| название предмета | **Физическая культура** |
| Класс | 2 |
| Количество часов | 102 ч. ( 3 часа в неделю) |
| УМК | В.И. Лях |
| Цель курса | Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.  Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач:**  • укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;  • формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;  • овладение школой движений;  • развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;  • формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;  • выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;  • формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;  • приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;  • воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.  **Предметом** обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. |
| Структура курса | «Знания о физической культуре»  «Легкая атлетика»  «Подвижные игры»  «Гимнастика» |

|  |  |
| --- | --- |
| название предмета | **Физическая культура** |
| Класс | 3 |
| Количество часов | 102 ч. (3 часа в неделю) |
| УМК | В.И. Лях |
| Цель курса | Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.  Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач:**  • укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;  • формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;  • овладение школой движений;  • развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;  • формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;  • выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;  • формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;  • приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;  • воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.  **Предметом** обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. |
| Структура курса | «Знания о физической культуре»  «Легкая атлетика»  «Подвижные игры»  «Гимнастика» |

|  |  |
| --- | --- |
| название предмета | **Физическая культура** |
| Класс | 4 |
| Количество часов | 102 ч. (3 часа в неделю) |
| УМК | В.И. Лях |
| Цель курса | Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.  Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач:**  • укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;  • формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;  • овладение школой движений;  • развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;  • формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;  • выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;  • формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;  • приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;  • воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.  **Предметом** обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. |
| Структура курса | «Знания о физической культуре»  «Легкая атлетика»  «Подвижные игры»  «Гимнастика» |

|  |  |
| --- | --- |
| название предмета | **Физическая культура** |
| Класс | 6 |
| Количество часов | 102 ч. ( 3 часа в неделю) |
| УМК | В.И. Лях |
| Цель курса | - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.  **Задачи**:  - укрепление  здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;  - формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;  - освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;  - обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;  Воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности. |
| Структура курса | Основы знаний  Легкая атлетика  Кроссовая подготовка  Баскетбол  Гимнастика  Волейбол  Футбол |

|  |  |
| --- | --- |
| название предмета | **Физическая культура** |
| Класс | 7 |
| Количество часов | 102 ч. ( 3 часа в неделю) |
| УМК | В.И. Лях |
| Цель курса | - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.  **Задачи**:  - укрепление  здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;  - формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;  - освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;  - обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;  Воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности. |
| Структура курса | Основы знаний  Легкая атлетика  Кроссовая подготовка  Баскетбол  Гимнастика  Волейбол  Футбол |

|  |  |
| --- | --- |
| название предмета | **Физическая культура** |
| Класс | 5 |
| Количество часов | 102 ч. ( 3 часа в неделю) |
| УМК | В.И. Лях |
| Цель курса |  |
| Структура курса | Знания о физической культуре  Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность  Модуль «Гимнастика»  Модуль «Легкая атлетика»  Модуль Спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол  Модуль «Спорт» |