

Название курса	Физическая культура
Класс	5-9 классы
Количество часов в год	5 класс – 102 часа (3 часа в неделю) 6 класс – 102 часа (3 часа в неделю) 7 класс – 102 часа (3 часа в неделю) 8 класс – 102 часа (3 часа в неделю) 9 класс - 102 часа (3 часа в неделю)
УМК	Физическая культура для 5-7 классы/ М.Я.. Виленский-Граф, 2018 г. Физическая культура. 8-9 классы./ В.И. Лях А. Вентана – Граф, 2018 г.
Цели и задачи курса	<p>1) владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма.</p> <p>2) способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении.</p> <p>3) умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение проводить туристические пешие походы, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.</p> <p>4) анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>5) овладение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.</p>