|  |  |
| --- | --- |
| Название курса | **Физическая культура** |
| Класс | *1* |
| Количество часов | *В связи с особенностями календарного учебного графика и расписанием уроков рабочая программа в 2020-2021 учебном году будет выполнена за 98 часов.* |
| УМК (учебник) | *В.И. Лях. «Физическая культура»   Москва, «Просвещение», 2019 год.* |
| В соответствии с какими нормативными документами составлена данная рабочая программа | * *федеральным государственным образовательным стандартом начального образования (Приказ №373 от 06.10.2009.);* * *примерной программой основного общего образования* * *авторской программы «Физическая культура»  В.И. Ляха. М, «Просвещение», 2013 год.* |
| Цели и задачи | - формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.  - укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;  - развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;  - формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;  - формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;  -выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;  - совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;  - приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга, использование  их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности  и выявления предрасположенности к тем или иным видам деятельности;  -  обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности;  - 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. |
| Содержание | Наименование темы кол-во часов  Легкая атлетика 62  Подвижные игры 13  Кроссовая подготовка 23  Итого: 98 |