**Предмет – Физическая культура**

**Класс 1**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно- методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -Формирование разносторонне физически развитой личности  -Укрепление здоровья  Формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры  -Овладение школой умений  -Формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья |
| Срок реализации программы | В течение 1 год |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 3 часа в неделю (99 часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  -о режиме дня и личной гигиене  - о взаимосвязи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья, и повышения физической подготовленности  -о правилах составления комплексах утренней зарядки  -о правилах поведения на уроках физической культуры  **Уметь:**  - играть в подвижные игры  -выполнять комплексы упражнений утренней зарядки, комплекс на формирование правильной осанки.  -демонстрировать уровень физической подготовленности  -выполнять передвижение в ходьбе, беге, прыжках разными способами  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для развития координационных, скоростных способностей.  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках |

**Класс 2**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно- методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -Формирование разносторонне физически развитой личности  -Укрепление здоровья  Формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры  -Овладение школой умений  -Формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья  -Выработка представлений об основных видах спорта, снарядах, инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности на занятиях.  -формирование навыков здорового и безопасного образа жизни.  -приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.  -воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к друг другу. |
| Срок реализации программы | В течение 1 год |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 3 часа в неделю (102часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  -о режиме дня и личной гигиене  - о взаимосвязи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья, и повышения физической подготовленности  -о правилах составления комплексах утренней зарядки  -о правилах поведения на уроках физической культуры  **Уметь:**  - играть в подвижные игры  -выполнять комплексы упражнений утренней зарядки, комплекс на формирование правильной осанки.  -демонстрировать уровень физической подготовленности  -выполнять передвижение в ходьбе, беге, прыжках разными способами  -описывать технику выполнения упражнений, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для развития координационных, скоростных способностей.  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием. |

**Класс 3**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно- методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -Формирование разносторонне физически развитой личности  -Укрепление здоровья  Формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры  -Овладение школой умений  -Формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья  -Выработка представлений об основных видах спорта, снарядах, инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности на занятиях.  -формирование навыков здорового и безопасного образа жизни.  -приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.  -воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к друг другу.  -приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подкижными играми, использование их в свободное время . |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 3 часа в неделю (102часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускниву) | **Знать/понимать:**  -о режиме дня и личной гигиене  - о взаимосвязи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья, и повышения физической подготовленности  -о правилах составления комплексах утренней зарядки  -о правилах поведения на уроках физической культуры  **Уметь:**  - играть в подвижные игры  -выполнять комплексы упражнений утренней зарядки, комплекс на формирование правильной осанки.  -демонстрировать уровень физической подготовленности  -выполнять передвижение в ходьбе, беге, прыжках разными способами  -описывать технику выполнения упражнений, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения  -уметь элементарно владеть мячом  -уметь распределять свои силы во время занятия  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для развития координационных, скоростных способностей.  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  -самостоятельного выделения и формулирования познавательной цели |

**Класс 4**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно- методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -Формированин разносторонне физически развитой личности  -Укрепление здоровья  Формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры  -Овладение школой умений  -Формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических узражнений на состояние здоровья  -Выработка представлений об основных видах спорта, снарядах, инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности на занятиях.  -формирование навыков здорового и безопасного образа жизни.  -приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.  -воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к друг другу.  -приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время . |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 3 часа в неделю (102часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  -о режиме дня и личной гигиене  - о взаимосвязи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья, и повышения физической подготовленности  -о правилах составления комплексах утренней зарядки  -о правилах поведения на уроках физической культуры  -о физической подготовки и ее связи с развитием физических качеств  -о физической нагрузке и способах ее регулирования  **Уметь:**  - играть в подвижные игры  -выполнять комплексы упражнений утренней зарядки, комплекс на формирование правильной осанки, физкульт минуток  -демонстрировать уровень физической подготовленности  -выполнять передвижение в ходьбе, беге, прыжках разными способами  -описывать технику выполнения упражнений, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения  -уметь элементарно владеть мячом  -уметь распределять свои силы во время занятия  -вести дневник самонаблюдения  -выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне.  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для развития координационных, скоростных способностей.  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  -самостоятельного выделения и формулирования познавательной цели |

**Класс 5**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения собственного здоровья.  - укрепление здоровья, содействие гармоническому, физическому развитию  -Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни, и соблюдение личной гигиены.  - Обучение основам базовых видов двигательных действий  -формирование потребности в систематических занятиях физической культуры и спортом.  - освоение знаний о физической культуре и спорте |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 2 часа в неделю (68часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - основы физической культуры в России  - о способах и особенностях передвижений  - о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем  - о терминологии разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм  - об общих индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушении осанки  - о причинах травматизма на занятиях физической культуры  **Уметь:**  - выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделам программного материала  - выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.  - выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений  - выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках  - выполнять упражнения на спортивных снарядах  - выполнять передвижение на лыжах различными ходами  - выполнять подъемы и спуски , торможения на лыжах  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |

**Класс 6**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения собственного здоровья.  - укрепление здоровья, содействие гармоническому, физическому развитию  -Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни, и соблюдение личной гигиены.  - Обучение основам базовых видов двигательных действий  -формирование потребности в систематических занятиях физической культуры и спортом.  - освоение знаний о физической культуре и спорте |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 2 часа в неделю (60часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - основы физической культуры в России  - о способах и особенностях передвижений  - о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о(способах простейшего контроля за деятельностью этих систем  - о терминологии разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм  - об общих индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушении осанки  - о причинах травматизма на занятиях физической культуры  **Уметь:**  - выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделам программного материала  - выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.  - выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений  - выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках  - выполнять упражнения на спортивных снарядах  - выполнять передвижение на лыжах различными ходами  - выполнять подъемы и спуски , торможения на лыжах  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |

**Класс 7**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения собственного здоровья.  - укрепление здоровья, содействие гармоническому, физическому развитию  -Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни, и соблюдение личной гигиены.  - Обучение основам базовых видов двигательных действий  -формирование потребности в систематических занятиях физической культуры и спортом.  - освоение знаний о физической культуре и спорте |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 2 часа в неделю (68часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - основы физической культуры в России  - о способах и особенностях передвижений  - о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем  - о терминологии разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм  - об общих индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушении осанки  - о причинах травматизма на занятиях физической культуры  **Уметь:**  - выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделам программного материала  - выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.  - выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений  - выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках  - выполнять упражнения на спортивных снарядах  - выполнять передвижение на лыжах различными ходами  - выполнять подъемы и спуски , торможения на лыжах  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |

**Класс 8**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Комплексноя программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы – В.И. Лях, А.А. Зданевич)  Примерная программа по физической культуре, 2006 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | - содействие гармоническому, физическому развитию выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам  - Укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию  - Совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков  - Развитие основных физических качеств  - Воспитание потребностей и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки  - Формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 3 часа в неделю (102часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и увеличение продолжительности жизни  - Формы занятий физической культурой, их целевое назначение и особенности проведения  -Требования безопасности на занятиях физической культурой  -Способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности  **Уметь:**  - Планировать и проводить индивидуальные занятия физическими упражнениями различной целевой направленности  - Выполнять индивидуально подобранные композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы атлетической гимнастики  -  Преодолевать полосы препятствий с использованием разнообразных способов передвижения  - Выполнять приемы самообороны, страховки и самостраховки  -Выполнять комплексы упражнений общей и специальной физической подготовки  -Выполнять соревновательные упражнения и технико-тактические действия в избранном виде спорта  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - Для повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья  -Подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооружённых Силах Российской Федерации  -Организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях  -Активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни |

**Класс 8-9**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Комплексноя программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы – В.И. Лях, А.А. Зданевич)  Примерная программа по физической культуре, 2006 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | - содействие гармоническому, физическому развитию выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам  - Укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию  - Совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков  - Развитие основных физических качеств  - Воспитание потребностей и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки  - Формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 3 часа в неделю (102часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и увеличение продолжительности жизни  - Формы занятий физической культурой, их целевое назначение и особенности проведения  -Требования безопасности на занятиях физической культурой  -Способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности  **Уметь:**  - Планировать и проводить индивидуальные занятия физическими упражнениями различной целевой направленности  - Выполнять индивидуально подобранные композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы атлетической гимнастики  -  Преодолевать полосы препятствий с использованием разнообразных способов передвижения  - Выполнять приемы самообороны, страховки и самостраховки  -Выполнять комплексы упражнений общей и специальной физической подготовки  -Выполнять соревновательные упражненая и технико-тактические действия в избранном виде спорта  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - Для повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья  -Подготовки к профессиональной деятнльности и службе в Вооружённых Силах Российской Федерации  -Организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях  -Активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни |

**Класс 10**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Комплексноя программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы – В.И. Лях, А.А. Зданевич)  Примерная программа по физической культуре, 2012год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | - содействие гармоническому, физическому развитию выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам  - дальнейшее развитие координационных способностей  - формирование знаний о закономерности двигательной активности спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для бедующей трудовой деятельности  - углубленное представление об основных видах спорта  - закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время  - формирование адекватной оценки собственных физических возможностей. |
| Срок реализации программы | В течение 2 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 3 часа в неделю (102часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек  - Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности  - Правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическим упражнениями различной направленности  **Уметь:**  - Выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики  - Выполнять простейшие приёмы самомассажа и релаксации  - Преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки  - Осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - Для повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья  -Подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооружённых Силах Российской Федерации  -Организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях  -Активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни |

**Класс 11**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Комплексноя программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы – В.И. Лях, А.А. Зданевич)  Примерная программа по физической культуре, 2012 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | - содействие гармоническому, физическому развитию выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам  - дальнейшее развитие координационных способностей  - формирование знаний о закономерности двигательной активности спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для бедующей трудовой деятельности  - углубленное представление об основных видах спорта  - закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время  - формирование адекватной оценки собственных физических возможностей. |
| Срок реализации программы | В течение 2 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 3 часа в неделю (102часов) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек  - Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности  - Правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическим упражнениями различной направленности  **Уметь:**  - Выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики  - Выполнять простейшие приёмы самомассажа и релаксации  - Преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения выполнять приёмы защиты и самообороны, страховки и самостраховки  - Осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - Для повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья  -Подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооружённых Силах Российской Федерации  -Организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях  -Активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни |

**Класс 5**

**курс баскетбол**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.С. Кузнецов «Пособие для учителей методистов» |
| Цели и задачи предмета | -всестороннее физическое развитие  - укрепление здоровья  -содействие правильному физическому развитию  - приобретение необходимых теоретических знаний  -овладение основными приемами техники и тактики игры  - воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы  - привитие учениками организаторских навыков |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 1 час в неделю (34часа) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  -правила безопасности на занятии  -терминологию  - историю возникновения и развитие баскетбола  - правила и специфику игры  **Уметь:**  - выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделу баскетбол  - выполнять ведение, ловлю, броски мячя  - выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |

**Класс 5**

**курс волейбол**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -всестороннее физическое развитие  - укрепление здоровья  -содействие правильному физическому развитию  - приобретение необходимых теоретических знаний  -овладение основными приемами техники и тактики игры  - воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы  - привитие учениками организаторских навыков |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 1 час в неделю (34часа) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - основы методики обучения и тренировки по волейболу  - технику и тактику игры в волейбол  -методику судейства учебно-тренировочных игр  -правила безопасности на занятии  -терминологию  - историю возникновения и развитие волейбол  - правила и специфику игры  **Уметь:**  - Выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств  - выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделу  - выполнять упражнения с мячом  - выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |

**Регби**

**Класс 5**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре: 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.С. Кузнецова «Пособие для учителей, методистов» |
| Цели и задачи предмета | -всестороннее физическое развитие  - укрепление здоровья  -содействие правильному физическому развитию  - приобретение необходимых теоретических зеаний  -овладение основными приемами техники и тактики игры  - воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы  - привитие учениками организаторских навыков |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 1 час в неделю (34 часа) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  -правила безопасности на занятии  -терминологию  - историю возникновения и развитие регби  - правила и специфику игры  **Уметь:**  - выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделу регби  - выполнять ловлю, броски мяча  - выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |

**Класс 6**

**курс волейбол**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -всестороннее физическое развитие  - укрепление здоровья  -содействие правильному физическому развитию  - приобретение необходимых теоретических знаний  -овладение основными приемами техники и тактики игры  - воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы  - привитие учениками организаторских навыков |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 1 час в неделю (34часа) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - основы методики обучения и тренировки по волейболу  - технику и тактику игры в волейбол  -методику судейства учебно-тренировочных игр  -правила безопасности на занятии  -терминологию  - историю возникновения и развитие волейбол  - правила и специфику игры  **Уметь:**  -соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений, проведении соревнований  - выполнять индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите  -выполнять технические действия с мячом и без мяча в нападении и защите  - Выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств  - выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделу  - выполнять упражнения с мячом  - выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |

**Класс 6**

**курс баскетбол**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.С. Кузнецов «Пособие для учителей методистов» |
| Цели и задачи предмета | -всестороннее физическое развитие  - укрепление здоровья  -содействие правильному физическому развитию  - приобретение необходимых теоретических знаний  -овладение основными приемами техники и тактики игры  - воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы  - привитие учениками организаторских навыков |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 1 час в неделю (34часа) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  -правила безопасности на занятии  -терминологию  - историю возникновения и развитие баскетбола  - правила и специфику игры  -тактические действия в нападении и защите  -взаимодействовать двумя игроками в нападении и защите  **Уметь:**  - выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделу баскетбол  - выполнять ведение, ловлю, броски мячя  - выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.  - выполнять отвлекающие приемы ( финты)  - выполнять отбор мяча  - выполнять остановки двумя шагами, прыжком  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |

**Класс 7**

**курс баскетбол**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.С. Кузнецов «Пособие для учителей методистов» |
| Цели и задачи предмета | -всестороннее физическое развитие  - укрепление здоровья  -содействие правильному физическому развитию  - приобретение необходимых теоретических знаний  -овладение основными приемами техники и тактики игры  - воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы  - привитие учениками организаторских навыков |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 1 час в неделю (34часа) |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | **Знать/понимать:**  -правила безопасности на занятии  -терминологию  - историю возникновения и развитие баскетбола  - правила и специфику игры  -тактические действия в нападении и защите  -взаимодействие двух игроков в нападении и защите  - взаимодействие двух игроков в нападении и одного или двух игроков в защите  **Уметь:**  - выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделу баскетбол  - выполнять ведение, ловлю, броски мяча  - выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.  - выполнять отвлекающие приемы (финты)  - выполнять отбор мяча  - выполнять остановки двумя шагами, прыжком  -выполнять штрафной бросок  -вырывание мяча из рук соперника  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |

**Класс 7**

**курс волейбол**

|  |  |
| --- | --- |
| Нормативно - методические материалы | Федеральный компонент государственного образовательного стандарта 2013;  Примерная программа по физической культуре, 2013 год |
| Реализуемый УМК | УМК под ред. В.И.Ляха «Физическая культура» |
| Цели и задачи предмета | -всестороннее физическое развитие  - укрепление здоровья  -содействие правильному физическому развитию  - приобретение необходимых теоретических знаний  -овладение основными приемами техники и тактики игры  - воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы  - привитие учениками организаторских навыков |
| Срок реализации программы | В течение 1 года |
| Место учебного предмета в учебном плане | На изучение предмета выделено 1 час в неделю (34часа) |
| Результаты освоения учебного предмета (требоваеия к выпускнику) | **Знать/понимать:**  - основы методики обучения и тренировки по волейболу  - технику и тактику игры в волейбол  -методику судейства учебно-тренировочных игр  -правила безопасности на занятии  -терминологию  - историю возникновения и развитие волеййол  - правила и специфику игры  **Уметь:**  -соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений, проведении соревнований  - выполнять индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите  -выполнять технические действия с мячом и без мяча в нападении и защите  - Выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств  -использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни  - осуществлять судейство соревнований по волейболу  - работать с книгой спортивной направленности  -самостоятельно составлять выступления и презентацию  **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для:**  - для преодоления естественных и искусственных препятствий с помощью разнообразных способах , лазанья , прыжков и бега  -выбора индивидуального темпа передвижения.  -взаимодействия со сверстниками на уроках  -систематического наблюдения за своим физическим состоянием.  - выполнения тестовых упражнений Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» |