

## Уроки физической культуры.

Урок физической культуры является основной и обязательной формой физического воспитания в лицее. На уроках лицеисты получают необходимый минимум знаний, умений, навыков предусмотренных образовательной программой, повышают уровень своего физического развития. С введением единой формы в лицее и на уроках физической культуры посещение занятий, дисциплина и успеваемость заметно улучшились.



Физическая культура – эффективное средство для развития трудолюбия и формирования личностных качеств не только в спорте, но и в жизни, прививает дух честной конкуренции, что немаловажно для подрастающего поколения современной России.



Нагрузка определяется с учётом физической состояния и здоровья детей.



