

Документ подписан электронной подписью
Муниципальное общеобразовательное учреждение
Андреевская средняя школа имени Н.Н.Благова,
Совина Валентина Сергеевна, директор
Сертификат № 69D7D151B062F291845F0CBA112F3E

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО учителей эстетического
направления, физической культуры, технологии
и ОБЖ.
Руководитель ШМО Л.С.Гладышева
Протокол № 1 от « 30 » 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УВР
Р.Х.Захарова
« 30 » 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы
В.С.Совина
« 01 » 09 2023 г.



Рабочая программа по
физической культуре
предмет
на 2023-2024 учебный год

Класс 7
Учитель Тихонова О.А.
Количество часов:
Всего 102 часа.; в неделю: 3 часа.
Плановых контрольных уроков , зачётов , тестов ;
Административных контрольных уроков ч.

Планируемые результаты изучения учебного предмета

Программа обеспечивает достижение следующих результатов освоения образовательной программы основного общего образования:

ЛИЧНОСТНЫЕ

У обучающихся будут сформированы:

- положительное отношение к урокам физической культуры;
- понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека;
- мотивация к выполнению закаливающих процедур.

Обучающиеся получают возможность для формирования:

- познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры;
- положительной мотивации к изучению различных приёмов и способов;
- уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.

ПРЕДМЕТНЫЕ

обучающиеся научатся:

- выполнять правила поведения на уроках физической культуры;
- рассказывать об истории возникновения Олимпийских игр, о летних и зимних Олимпийских играх; о физическом развитии человека;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять различные виды ходьбы;
- выполнять различные виды бега;
- выполнять прыжки на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, с разбега, с поворотом на 180°;
- прыгать через скакалку на одной и двух ногах;
- метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 4 м;
- выполнять кувырок вперед;
- выполнять стойку на лопатках;
- лазить по гимнастической стенке и по наклонной скамейке;
- перелезать через гимнастическую скамейку и горку матов;
- выполнять танцевальные шаги;

- передвигаться на лыжах скользящим шагом, выполнять спуски в основной и низкой стойке, выполнять подъём «лесенкой», выполнять торможение падением, выполнять повороты переступанием;
- играть в подвижные игры;
- выполнять элементы спортивных игр.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- понимать влияние физических упражнений на физическое развитие человека;
- определять влияние закаливания на организм человека; самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;
- выполнять упражнения, направленные на профилактику нарушений осанки;

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

Регулятивные

обучающиеся научатся:

- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;

Учащиеся получают возможность научиться:

- объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;

Познавательные

обучающиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

обучающиеся получают возможность научиться:

- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- свободно ориентироваться в книге, используя информацию форзацев, оглавления, справочного бюро;
- сравнивать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека

Коммуникативные

обучающиеся научатся:

- рассказывать об истории Олимпийских игр и спортивных соревнований, о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

обучающиеся получают возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
- понимать действия партнёра в игровой ситуации.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДЕМЕТА

7 класс (102)

- **«Основы знаний о физической культуре» - в процессе урока**
- **«Лёгкая атлетика» - 28 ч.**
- **«Гимнастика с основами акробатики»- 20ч.**
- **«Лыжная подготовка» -18ч.**
- **«спортивные игры» -36ч.**

Основные задачи обучения и развития:

Основы знаний о физической культуре

История зарождения физической культуры на территории Древней Руси. *Понятие* о физической подготовке и ее влияние на развитие основных физических качеств. *Сведения* о физической нагрузке и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). *Измерения* длины и массы тела, показателей физических качеств. *Соревновательные упражнения* и их отличие от физических упражнений. *Правила* составления комплексов упражнений, направленных на развитие физических качеств.

Способы физкультурной деятельности (в течение года)

Организуящие команды и приёмы: строевые упражнения. Движение по диагонали, повороты направо, налево в движении, перестроение из колонны по одному в колонну по две, по три.

Лёгкая атлетика

Ходьба: с изменением длины и частоты шагов; с перешагиванием через скамейку; в разном темпе под звуковые сигналы.

Бег: челночный бег 3x10 м, эстафетный бег, бег с изменением длины и частоты шагов, бег с преодолением препятствия, равномерный, медленный бег до 5 мин, бег из различных исходных положений.

Прыжки: на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, прыжки на двух ногах с поворотом на 180°, спрыгивание и запрыгивание на горку матов (высота 40 см), прыжки через препятствия, прыжки через скакалку с вращением назад, прыжки в высоту с прямого разбега, в длину способом «согнув ноги», прыжки в высоту до 60 см.

Метание: малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 5 м, метание на дальность и заданное расстояние.

Броски: набивного мяча (1 кг) от груди, из-за головы, снизу вперед-вверх.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся научится:

- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять различные виды ходьбы;
- выполнять различные виды бега;
- выполнять прыжки на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, с разбега, с поворотом на 180°;
- прыгать через скакалку на одной и двух ногах;
- метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 4 м;

Обучающийся получит возможность:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
- понимать действия партнёра в игровой ситуации.

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: два-три кувырка вперёд, стойка на лопатках из упора присев, «мост» из положения лежа на спине, перекат назад в группировке с последующей опорой руками за головой.

Гимнастические упражнения прикладного характера: перелезание через препятствие (высота 90 см), ритмические шаги, вис согнув ноги, вис на согнутых руках, преодоление полосы препятствий, переползание по-пластунски.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся научится:

- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- прыгать через скакалку на одной и двух ногах;
- метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 4 м;
- выполнять кувырок вперед;
- выполнять стойку на лопатках;
- лазить по гимнастической стенке и по наклонной скамейке;
- перелезть через гимнастическую скамейку и горку матов;

Обучающийся получит возможность:

- понимать влияние физических упражнений на физическое развитие человека;
- определять влияние закаливания на организм человека; самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;
- выполнять упражнения, направленные на профилактику нарушений осанки;

Лыжная подготовка

Организуящие команды и приёмы: построение в одну шеренгу с лыжами в руках, перестроение из шеренги в колонну по одному, передвижение с лыжами, держа их на плече или под рукой. **Способы передвижений на лыжах:** скользящий шаг, попеременный двухшажный ход, одновременно-одношажный ход, коньковый ход.

Повороты: переступанием на месте, в движении. Спуск в основной, низкой стойке. **Подъём:** «лесенкой», «ёлочкой». **Торможение «плугом».**

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся научится:

- передвигаться на лыжах скользящим шагом,
- выполнять спуски в основной и низкой стойке, выполнять подъём «лесенкой»,
- выполнять торможение падением,
- выполнять повороты переступанием;

Обучающийся получит возможность:

- объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;

Спортивные игры

-Баскетбол

-Волейбол

-футбол

Обучающийся научится:

- играть в спортивные игры;
- выполнять элементы спортивных игр.
- Взаимодействовать в команде

Учащиеся получают возможность научиться:

- понимать влияние физических упражнений на физическое развитие человека;
- определять влияние закаливания на организм человека; самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;
- выполнять упражнения, направленные на профилактику нарушений осанки;

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

Воспитательный потенциал урока предполагает следующее:

-установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя через живой диалог, привлечение их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизацию их познавательной деятельности через использование занимательных элементов, историй из жизни великих ученых, писателей;

-побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации через знакомство и в последующем соблюдение «Правил внутреннего распорядка обучающихся», взаимоконтроль и самоконтроль обучающихся;

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения, развитие умения совершать правильный выбор;

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, восприятие ценностей через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе, анализ поступков людей, комментарии к происходящим в мире событиям, исторических справок, проведение музейных уроков на базе школьного краеведческого музея, организация реконструкций значимых исторических событий, проведение Уроков мужества;

- применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися:

- интеллектуальных игр;
- учебных дискуссий,

- групповой работы или работы в парах;
 - включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
 - организация кураторства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
 - инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения (участие в конкурсах, выставках, научно-практических конференциях).

Таблица тематического распределения часов на уровень обучения:

№	Перечень и название раздела, тем курса	Перечень и название тем	Количество часов по программе	Количество часов по рабочей программе	Количество контрольных (практических. лабораторных) работ
1	Легкая атлетика		21	28	-
		Инструктаж Т.Б.Бег (спринтерский, эстафетный, челночный, на средние, длинные дистанции)		12	
		Прыжки (в длину с места, с разбега)		10	
		Метание		6	
	Спортивные игры		18	36	
		баскетбол		11	
		футбол		10	
		волейбол		15	
	Гимнастика		18	20	

		Акробатика		11	
		Лазание по канату		3	
		Опорный прыжок		4	
		Гимнастическое бревно		2	
	Лыжная подготовка		18	18	
		Изучение и совершенствование различных способов передвижения на лыжах		10	
		Изучение и совершенствование технических элементов(подъемы, спуски, торможения)		8	
		Итого	75	102	

Список литературы

Учебник: Физическая культура 5-6-7 класс под ред. М.Я. Виленского изд. М. Просвещение 2022год

Электронные образовательные интернет ресурсы по физической культуре.

1. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования. [http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38)
2. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
3. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com
4. Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
5. Сайт учителя физкультуры Белкина Андрея Евгеньевича http://fizkulturavshcole.narod.ru/saiti_dlya_uchitelei_fizkulturi/
6. Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>
7. Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>
8. http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры
9. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
10. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
11. <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

№ урока	Тема урока	Количество часов	дата по плану	дата по факту	коррекция
1	Инструктаж по ТБ. Ознакомление и разучивание низкого старта с опорой на одну руку.	1	01.09		
2	Совершенствование низкого старта с опорой на одну руку	1	04.09		
3	Совершенствование низкого старта с опорой на одну руку. Бег 30 м Подготовка к сдаче ГТО	1	07.09		
4	Учет низкого старта с опорой на одну руку Бег 60 м Подготовка к сдаче ГТО	1	08.09		
5	Разучивание и закрепление техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	11.09		
6	Совершенствование и учет техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Подготовка к сдаче ГТО	1	14.09		
7	Разучивание и закрепление техники прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись»	1	15.09		
8	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись»	1	18.09		
9	Учет техники прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись» 6-минутный бег Подготовка к сдаче ГТО	1	21.09		
10	Ознакомление и разучивание техники метания малого мяча (150 гр.) с 4-5 бросковых шагов	1	22.09		
11	Совершенствование и учет техники метания малого мяча (150 гр.) с 4-5 бросковых шагов	1	25.09		

12	Кроссовый бег на 500 м Подготовка к сдаче ГТО	1	28.09		
13	Кроссовый бег на 800м Подготовка к сдаче ГТО	1	29.09		
14	Инструктаж по ТБ Упражнения без мяча: прыжок вверх толчком одной с приземлением на другую; передвижение в основной стойке	1	02.10		
15	Закрепление и совершенствование техники ведения мяча с изменением направления и скорости передвижения	1	05.10		
16	Закрепление и совершенствование техники ведения мяча с изменением отскока мяча на разную высоту	1	06.10		
17	Закрепление и совершенствование техники остановки на два шага и прыжком после ускорения; остановка в шаге	1	09.10		
18	Закрепление и совершенствование техники ловли мяча после отскока от пола	1	12.10		
19	Разучивание и закрепление техники броска мяча одной рукой с места	1	13.10		
20	Совершенствование техники броска мяча одной рукой с места	1	16.10		
21	Разучивание и закрепление техники броска мяча двумя руками снизу; от груди после ведения	1	19.10		
22	Совершенствование техники броска мяча двумя руками снизу; от груди после ведения	1	20.10		
23	Действия игроков и команды при вбрасывании и передачи. Игра баскетбол по правилам	1	23.10		
24	Действия игроков и команды при вбрасывании и передачи. Игра баскетбол по правилам	1	02.11		
25	Инструктаж по ТБ Разучивание 2-3 кувырка вперед в группировке (д); прыжком кувырок вперед (м)	1	03.11		

26	Закрепление и совершенствование 2-3 кувырка вперед в группировке(д); прыжком кувырок вперед (м)	1	06.11		
27	Разучивание и закрепление кувырка назад в группировке	1	09.11		
28	Совершенствование и учет кувырка назад в группировке	1	10.11		
29	Разучивание стойки на лопатках; переката вперед в упор присев	1	13.11		
30	Закрепление и совершенствование стойки на лопатках; переката вперед в упор присев	1	16.11		
31	Учет стойки на лопатках; переката вперед в упор присев	1	17.11		
32	Разучивание акробатических соединений из различных элементов	1	20.11		
33	Закрепление акробатических соединений из различных элементов	1	23.11		
34	Совершенствование акробатических соединений из различных элементов	1	24.11		
35	Учет акробатических соединений из различных элементов	1	27.11		
36	Разучивание и закрепление упражнений на гимнастическом бревне (д); на гимнастической перекладине(м)	1	30.11		
37	Совершенствование и учет упражнений на гимнастическом бревне (д); на гимнастической перекладине(м)	1	01.12		
38	Разучивание опорного прыжка через козла: согнув ноги (м); ноги врозь (д)	1	04.12		
39	Закрепление опорного прыжка через козла: согнув ноги (м); ноги врозь (д)	1	07.12		
40	Совершенствование опорного прыжка через козла: согнув ноги (м); ноги врозь (д)	1	08.12		
41	Учет опорного прыжка через козла: согнув ноги (м); ноги врозь (д)	1	11.12		

42	Разучивание лазания по канату в 2 приема	1	14.12		
43	Совершенствование лазания по канату в 2 приема	1	18.12		
44	Учет лазания по канату в 2 приема	1	21.12		
45	Инструктаж по ТБ Закрепление поперечного двухшажного хода	1	22.12		
46	Совершенствование попеременного двухшажного хода	1	25.12		
47	Ознакомление одновременным бесшажным ходом	1	11.01		
48	Разучивание одновременного бесшажного хода	1	12.01		
49	Закрепление одновременного бесшажного хода	1	15.01		
50	Передвижение на лыжах с чередованием попеременногодвухшажного с одновременным одношажным ходом	1	18.01		
51	Передвижение на лыжах с чередованием попеременногодвухшажного с одновременным одношажным ходом	1	19.01		
52	Передвижение на лыжах с чередованием попеременногодвухшажного с одновременным одношажным ходом	1	22.01		
53	Закрепление одновременного бесшажного хода	1	25.01		
54	Совершенствование одновременного бесшажного хода	1	26.01		
55	Ознакомление поворота переступанием	1	29.01		
56	Разучивание поворота переступанием	1	01.02		
57	Закрепление поворота переступанием	1	02.02		
58	Совершенствование поворота переступанием	1	05.02		
59	Ознакомление подъема «полуелочкой»; торможение «плугом»	1	08.02		

60	Разучивание подъема «полуелочкой» ; торможение «плугом»	1	09.02		
61	Закрепление подъема «полуелочкой» ; торможение «плугом»	1	12.02		
62	Совершенствование подъема «полуелочкой» ; торможение «плугом»	1	15.02		
63	Инструктаж по ТБ. Совершенствование техники передвижения, остановок, поворотов и стоек.	1	16.02		
64	Разучивание техники приема и передача мяча сверху двумя руками	1	19.02		
65	Закрепление техники приема и передача мяча сверху двумя руками	1	22.02		
66	Совершенствование техники приема и передача мяча сверху двумя руками	1	24.02		
67	Разучивание техники приема мяча снизу над собой	1	26.02		
68	Закрепление техники приема мяча снизу над собой	1	01.03		
69	Совершенствование техники приема мяча снизу над собой	1	02.03		
70	Ознакомление с техникой передачи мяча снизу; с нижней прямой подачи мяча	1	05.03		
71	Разучивание техники передачи мяча снизу; нижней прямой подачи мяча	1	09.03		
72	Закрепление техники передачи мяча снизу; нижней прямой подачи мяча	1	10.03		
73	Совершенствование техники передачи мяча снизу; нижней прямой подачи мяча	1	12.03		
74	Ознакомление с прямой нападающим ударом	1	15.03		
75	Разучивание прямой нападающим ударом	1	16.03		
76	Комбинации из изученных элементов	1	19.03		
77	Комбинации из изученных элементов	1	29.03		

78	Инструктаж по ТБ. Разучивание и закрепление с техникой удара внутренней стороной стопы по неподвижному мячу	1	30.03		
79	Закрепление и совершенствование техники удара внутренней стороной стопы по неподвижному мячу	1	02.04		
80	Ознакомление с техникой удара по катящемуся навстречу мячу	1	05.04		
81	Закрепление техники удара по катящемуся навстречу мячу	1	09.04		
82	Совершенствование техники удара по катящемуся навстречу мячу	1	10.04		
83	Ознакомление с техникой остановки катящегося мяча, удар с разбега по катящемуся мячу	1	11.04		
84	Разучивание техники остановки катящегося мяча, удар с разбега по катящемуся мячу	1	16.04		
85	Совершенствование технике остановки катящегося мяча, удар с разбега по катящемуся мячу	1	17.04		
86	Игра в мини-футбол по правилам	1	18.04		
87	Игра в мини-футбол по правилам	1	23.04		
88	Разучивание техники прыжка в высоту с4-5 шагов	1	24.04		
89	Закрепление техники прыжка в высоту с4-5 шагов	1	25.04		
90	Разучивание челночного бега 3x10м	1	30.04		
91	Закрепление челночного бега 3x10м	1	03.05		
92	Совершенствование челночного бега 3x10м Подготовка к сдаче ГТО	1	06.05		
93	Разучивание метание мяча в цель	1	07.05		
94	Закрепление и совершенствование метание мяча	1	08.05		

	в цель				
95	Разучивание и закрепление метание мяча на дальность	1	10.05		
96	Совершенствование метание мяча на дальность	1	14.05		
97	Разучивание и закрепление прыжка в длину с места	1	15.05		
98	Совершенствование прыжка в длину с разбега	1	16.05		
99	Учет прыжка в длину с разбега Подготовка к сдаче ГТО	1	20.05		
100	Эстафетный бег	1	21.05		
101	Эстафетный бег	1	23.05		
102	Преодоление препятствия	1	24.05		
	Итого	102 час			

Контрольно-измерительные материалы

УРОВНИ ОВЛАДЕНИЯ СИСТЕМОЙ ОПОРНЫХ ЗНАНИЙ И УМЕНИЙ ПО ПРЕДМЕТУ

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, спользуя в деятельности	За тот же ответ, если в нём содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются проблемы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За не понимание и незнание материала программы

II. Техника владения двигательными умениями и навыками (ДУН_ - личностные качества; метапредметные результаты- регулятивные)

Для оценивания техники двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, чётко, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполнять учебный норматив	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в соревновании с уроком условиях	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка

III. Владение способами умениями осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность(личностные результаты; метапредметные –регулятивные, коммуникативные)

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
<p>Учащийся умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги 	<p>Учащийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги 	<p>Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов</p>	<p>Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов</p>

IV. Уровень физической подготовленности учащихся (личностные результаты; предметные)

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
<p>Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определённый период времени</p>	<p>Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста</p>	<p>Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту</p>	<p>Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности</p>

Проектная деятельность

1. «Осанка человека»
- 2.»Летние Олимпийские игры»
- 3»». Зимние Олимпийские игры»
- 4.«Плоскостопие»
- 5.«Органы чувств»
- 6.« Российские Олимпийские чемпионы »

