Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе:

- Примерной программы по физической культуре Федерального государственного стандарта второго поколения. А.А Кузнецов, М.В Рыжаков, А.М.Кондаков. М.:«Просвещение», 2011 г.
- Учебной программы «Комплексная программа физического воспитания уч-ся 1-11 классов» (В.И. Лях, А.А. Зданевич.) – М.: Просвещение, 2012 г. и является частью Федерального учебного плана для образовательных учреждений РФ
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 30.08.2010г. № 889 «О внесении изменении в Федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования и о введении в объем недельной учебной нагрузки общеобразовательных учреждений всех видов третьего часа физической культуры.

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится 102 часов в год.

В примерной программе ФГОС второго поколения весь материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть – входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по спортивным играм футбол и волейбол, а также спортивно-оздоровительной деятельности с общеразвивающей направленностью.

Целью рабочей программы является формирование разносторонне и физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи физического воспитания учащихся 5 класса направлены:

- на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- на формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- на освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа

жизни;

- на обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- на воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. С одной стороны они предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее-частное-конкретное», и представлены метапредметными, предметными и личностными результатами.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Предметные результаты:

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования результаты изучения курса

«Физическая культура» должны отражать:

- образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физический нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и коррегирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умение использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый
- упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;

- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые социальные сообщества;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастной компетенции с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Планируемые результаты изучения учебного курса.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Выпускник научится:

- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действия, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Учащиеся должны уметь демонстрировать:

Физические способности	**Физические упражнения**	**мальчики**	**девочки**
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с	9,2	10,2
Силовые	Прыжок в длину с места, см	180	165
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с	12	-
	Поднимание туловища, лёжа на спине руки за головой, кол-во раз	-	18
К выносливости	Бег 2000 м, мин, с	8,50	10,20
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с	10,0	14,0
	Броски малого мяча в стандартную мишень, м	12,0	10,0

Аттестация учащихся планируется по триместрам с учётом результатов текущих оценок и результатов тестирования по каждому разделу программы.

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре для 5 класса

№	Вид программного материала	Кол-во часов
I.	**Базовая часть**	**75**
1.	**Знания о физической культуре**	**3**
2.	**Способы двигательной (физкультурной) активности**	**2**
3.	**Физическое совершенствование:**	**70**
	Спортивно - оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью: -гимнастика с основами акробатики;	***38*** 6
	-легкая атлетика;	20
	- лыжные гонки	12
4.	***Спортивные игры:*** - волейбол - баскетбол	***32*** 16 16
5.	Организаторские умения	В процессе урока
6.	Основы самоконтроля	В процессе урока
II.	**Вариативная часть**	**27**
1.	***Спортивные игры:*** - футбол; - волейбол	***17*** 10 7
2.	***Упражнения обще-развивающей направленности:*** - ОФП; -легкая атлетика; -баскетбол; -футбол	***8*** 2 2 2 2
3.	***Прикладно - ориентированная подготовка***	***2***
	Всего	***102 ч***

№п/п	Разделы программы	Количество часов	Из них
			Контрольные тесты
I.	**Знания о физической культуре**	**3**	
1.	Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности.		
2.	Возрождение олимпийских игр и олимпийского движения		
3.	Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу олимпийских игр.		
II.	**Способы двигательной (физкультурной) активности.**	**2**	
1.	Подготовка к занятиям физической культурой.		
2.	Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз.		
III.	**Физическое совершенствование.**	**70**	
1.	Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью: - гимнастика с основами акробатики; - легкая атлетика; - лыжные гонки.	38	**6**
2.	Спортивные игры: - волейбол; -баскетбол; - футбол.	**49**	
IV.	**Упражнения общеразвивающей направленности.**	**8**	**4**
V.	**Прикладно - ориентированная подготовка.**	**2**	
	Итого	**102**	**10**

Учебно-тематическое планирование.
5 класс

Сроки изучения учебного материала	№ урока	Тема урока	Основные понятия, изучаемые в теме	Домашнее задание	УУД
	Легкая атлетика – 10 ч.				
	1.	Первичный инструктаж по охране труда. Правила т/б на уроках л /а. Спринтерский бег.	Правила техники безопасности на уроках физической культуры	Составить комплекс ОРУ	**Описывать технику** выполнения беговых упражнений, осваивать её самостоятельно. **Демонстрировать** вариативное выполнение беговых упражнений. **Применять** беговые упражнения для развития физических качеств. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений. **Включать** беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.
	2.	Спринтерский бег. Эстафетный бег. Тест бег 30 м	Специальные беговые упражнения, правила соревнований.	Правила соревнований по бегу на короткие дистанции.	
	3.	Эстафетный бег. Финиширование.	Встречные и линейные эстафеты.	Специальные беговые упражнения.	
	4.	Бег 60м с высокого старта. Финиширование.	Встречные и линейные эстафеты. Развитие скоростных качеств	Найти примеры применения силовой выносливости.	
	5.	Прыжок в длину способом «согнув ноги».	Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3х10м	Составить комплекс ОРУ	**Описывать технику** выполнения прыжковых упражнений. **Демонстрировать** вариативное
	6.	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Метание мяча.	Подбор разбега, отталкивание.	Подобрать прыжковые упражнения	

					выполнение прыжковых упражнений. **Применять** прыжковые упражнения для развития физических качеств. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений. **Включать** прыжковые упражнения в различные формы занятий физической культурой.
	7.	Метание малого мяча.	Подбор разбега, отталкивание. Специальные беговые упражнения.	Найти результаты прыжков в длину на соревнованиях разного уровня.	**Описывать** технику метания малого мяча различными способами. **Применять** упражнения в метании малого мяча для развития физических качеств. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.
	8.	Метание малого мяча на дальность.	Развитие скоростно-силовых качеств, правила соревнований по метанию.	Повторить правила соревнований по метанию.	
	9.	Бег на средние дистанции.	Развитие скоростно - силовых качеств.	Составить комплекс ОРУ.	**Описывать технику** выполнения беговых упражнений, осваивать её самостоятельно. **Демонстрировать**
	10.	Бег на средние дистанции. Бег 1000м-зачет	Специальные беговые упражнения. Правила соревнований в беге на средние дистанции.	Повторить правила соревнований в беге на средние дистанции.	

					вариативное выполнение беговых упражнений. **Применять** беговые упражнения для развития физических качеств. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений. **Включать** беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.
Знания о физической культуре 1 ч					
	11.	Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности.	Понятие о мифах. Олимпийские игры древности	Составить презентацию.	**Характеризовать** Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывать содержание и правила соревнований.
Футбол – 5ч					
	12.	Правила техники безопасности на уроках спортивных игр. Футбол. Стойки игрока.	Требования к технике безопасности. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	Правила техники безопасности.	**Организовывать** совместные занятия футболом со сверстниками. **Описывать технику** игровых действий и приемов. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения игровых

	13.	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости.	Освоение ударов по мячу и остановок.	Прыжки через короткую скакалку.	действий. **Моделировать** технику игровых действий и приемов. **Выполнять** правила игры, уважительно относиться к сопернику.
	14.	Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.	Овладение техникой ударов по воротам.	Составить комплекс ОРУ.	
	15.	Ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.	Техника владения мячом, развитие координационных способностей.	Правила игры в футбол.	
	16.	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	Техника владения мячом, развитие координационных способностей.	Составить комплекс ОРУ.	
Волейбол – 8 ч					
	17.	Правила техники безопасности на уроках обучения волейболу. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	Стойки и передвижения игрока.	Повторить правила техники безопасности на уроках волейбола.	**Организовывать** совместные занятия волейболом со сверст-никами. **Описывать технику** игровых действий и приёмов, осваивать их самостоятельно. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов. **Моделировать** технику игровых действий и приемов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий.
	18.	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.	Передача мяча сверху двумя руками. Игра по упрощенным правилам.	Повторить правила игры в волейбол.	
	19.	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игровые задания с ограниченным количеством игроков.	Передача мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача.	Составить комплекс ОРУ	
	20.	Прием и передача мяча двумя руками снизу. Игровые упражнения 2:1, 3:1.	Приём мяча снизу двумя руками через сетку.	Составить комплекс ОРУ	
	21.	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки. Игровые упражнения 2:2, 3:2, 3:3.	Нижняя прямая подача. Игровые упражнения на укороченной площадке.	Правила игры в волейбол.	
	22.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	Нападающий удар, приемы и передачи мяча.	Прыжки через короткую скакалку.	**Выполнять** правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.
	23.	Комбинации из освоенных элементов. Игра по упрощенным правилам.	Приемы и передачи мяча двумя руками, нижняя подача мяча.	Составить комплекс ОРУ	
	24.	Комбинации из освоенных элементов	Приемы и передачи мяча двумя	Упражнения на развитие пресса.	

		техники владения и перемещений с мячом.	руками, нижняя подача мяча.		**Применять** правила подбора одежды, использовать игру в волейбол в организации активного отдыха.
Баскетбол – 8 ч.					
	25.	Правила техники безопасности на уроках проведения баскетбола.Перемещение в стойке приставными шагами.	Правила баскетбола. Развитие координационных способностей.	Прыжки через короткую скакалку.	**Организовывать** совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществлять судейство игры. **Описывать технику** игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов, соблюдать правила безопасности. **Моделировать** технику игровых действий и приемов, варьировать их в соответствии с ситуацией. **Выполнять** правила игры, уважительно относиться к сопернику.
	26.	Баскетбол. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом.	Развитие координационных способностей. Позиционное нападение с изменением позиций.	Составить комплекс ОРУ	
	27.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте.	Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии памяти и мышления.	Упражнения на развитие пресса.	
	28.	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте и в движении.	Позиционное нападение с изменением позиций. Передачи мяча двумя руками от груди.	Прыжки через короткую скакалку.	
	29.	Ведение мяча в движении по прямой ,с изменением направления движения и скорости.	Развитие координационных способностей.	Упражнения на развитие пресса.	
	30.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли)	Техника выполнения штрафного броска.	Прыжки через короткую скакалку.	
	31.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижения.	Техника выполнения штрафного броска.	Составить презентацию об игре в баскетбол.	

	32.	Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	Сочетание приемов передвижения и остановок.	Составить комплекс ОРУ	**Определять** степень утомления организма во время игровой деятельности. **Применять** правила подбора одежды для занятий, использовать игру в баскетбол в организации активного отдыха.
Способы двигательной физкультурной активности – 1 ч					
	33.	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	Требования безопасности и гигиенические правила при подготовке мест занятий.	Составить комплекс ОРУ.	**Готовить** места занятий в условиях помещения и на открытом воздухе. **Выявлять** факторы нарушения техники безопасности при занятиях физической культурой. **Отбирать** состав упражнений для физкультурно-оздоровительных занятий.
Упражнения общеразвивающей направленности – 8ч					
	34.	*ОФП.* Физические упражнения на развитие силы, быстроты, выносливости.	Понятия об основных физических качествах**.**	Прыжки через короткую скакалку.	**Организовывать и проводить** самостоятельные занятия физической подготовкой, составлять их содержание и планировать в системе занятий физической культурой.
	35.	*ОФП.* Физические упражнения на развитие гибкости, координации	Понятия об основных физических качествах**.**	Упражнения на развитие пресса.	

		движений, ловкости.			**Выполнять** нормативы физической подготовки.
	36.	*Легкая атлетика.* Развитие выносливости. Бег с максимальной скоростью.	Развитие выносливости с использованием легкоатлетических упражнений.	Беговые упражнения.	**Организовывать и проводить** самостоятельные занятия легкой атлетикой, составлять их содержание и планировать в системе занятий физической культурой. **Выполнять** нормативы физической подготовки по легкой атлетики.
	37.	*Легкая атлетика.* Развитие выносливости. Равномерный бег с финальным ускорением.	Развитие выносливости с использованием легкоатлетических упражнений.	Результаты соревнований в беге на длинные дистанции.	
	38.	*Баскетбол.* Развитие быстроты. Ходьба и бег в различных направлениях с максимальной скоростью с внезапными остановками и выполнением различных заданий.	Развитие быстроты с использованием упражнений с выполнением ускорений.	Повторить правила техники безопасности на уроках баскетбола	**Организовывать и проводить** самостоятельные занятия баскетболом, составлять их содержание и планировать в системе занятий физической культурой. **Выполнять** нормативы физической подготовки по баскетболу.
	39.	*Баскетбол.* Развитие быстроты. Ускорения с изменением направления движения.	Развитие быстроты с использованием упражнений с выполнением ускорений.	Повторить правила игры в баскетбол.	
	40.	*Футбол.* Развитие быстроты. Старты из различных положений с последующим ускорением.	Использование различных ускорений для развития быстроты.	Составить комплекс ОРУ	**Организовывать и проводить** самостоятельные занятия футболом, составлять их содержание и планировать в системе

	41.	*Футбол* .Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками по сигналу, ускорениями, рывками, изменением направления передвижения.	Использование различных ускорений для развития быстроты.	Составить комплекс ОРУ	занятий физической культурой. **Выполнять** нормативы физической подготовки по футболу.
Гимнастика с основами акробатики – 6 ч					
	42.	Правила техники безопасности на уроках гимнастики. Построение и перестроение на месте и в движении. Кувырок вперед и назад.	Правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.	Упражнения на гибкость.	**Знать и различать** строевые команды, четко выполнять строевые приемы. **Описывать технику** акробатических упражнений и составлять акробатические комбинации из числа разученных упражнений. **Осваивать технику** акробатических упражнений. **Оказывать помощь** сверстникам при освоении ими новых акробатических упражнений.
	43.	Кувырок вперед и назад; кувырок назад из стойки на лопатках в упор присев.	Техника выполнения кувырка вперед и назад в группировке.	Комплекс ОРУ	
	44.	Кувырок назад в упор присев перекат назад в стойку на лопатках.	Техника выполнения акробатических соединений из разученных элементов акробатики.	Упражнения на развитие пресса.	
	45.	Акробатические комбинации из разученных упражнений.	Техника выполнения акробатических соединений из разученных элементов акробатики.	Презентация о гимнастах.	
	46.	Акробатические комбинации из разученных упражнений.	Техника выполнения акробатических соединений из разученных элементов акробатики.	Упражнения на гибкость.	
	47.	Акробатические комбинации из разученных упражнений.	Техника выполнения акробатических соединений из разученных элементов акробатики.	Комплекс ОРУ.	
Лыжные гонки – 12 ч.					
	48.	Правила техники безопасности на уроках лыжной подготовки. Попеременный двухшажный ход.	Техника безопасности при занятиях лыжным спортом.	Правила самостоятельного выполнения упражнений.	**Описывать технику** передвижения на лыжах, осваивать её самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. **Моделировать**
	49.	Одновременный бесшажный ход. Поворот переступанием.	Техника передвижения бесшажным ходом.	Комплекс ОРУ.	
	50.	Одновременный одношажный ход. Спуск в основной стойке, подъем ёлочкой.	Техника прохождения спусков и подъёмов.	Упражнение на развитие плечевого пояса.	

	51.	Передвижение с чередованием ходов. Спуск в основной и низкой стойке.	Применение лыжных мазей, оказание помощи при обморожениях и травмах.	Применение лыжных мазей.	способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы, применять передвижения на лыжах для развития физических качеств. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. **Применять** правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой, использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.
	52.	Передвижение с чередованием ходов. Спуски и подъёмы. Прохождение дистанции 2 км.	Техника передвижений различными ходами, спусков и подъёмов.	Презентация о лыжниках.	
	53.	Прохождение дистанции 3 км с чередованием ходов. Спуски и подъёмы. Торможение «плугом».	Техника передвижений различными ходами, спусков и подъёмов.	Комплекс ОРУ.	
	54.	Прохождение дистанции 3 км с чередованием ходов. Торможение «плугом».	Техника передвижений различными ходами, спусков и подъёмов.	Упражнение на развитие плечевого пояса.	
	55.	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ход. Подъем «полуелочкой».	Значение занятия лыжным спортом. Техника лыжных ходов.	Применение лыжных мазей.	
	56.	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ход. Подъем «полуелочкой».	Техника передвижений различными ходами, спусков и подъёмов.	Правила самостоятельного выполнения упражнений.	
	57.	Передвижение с чередованием ходов. Прохождение дистанции 3 км.	Развитие выносливости при занятиях лыжным спортом.	Комплекс ОРУ.	
	58.	Прохождение дистанции до 3,5 км изученными ходами.	Использование передвижений различными способами в зависимости от рельефа местности.	Упражнение на развитие плечевого пояса.	
	59.	Прохождение дистанции до 3,5 км изученными ходами с преодолением спусков и подъёмов.	Использование передвижений различными способами в зависимости от рельефа местности.	Применение лыжных мазей.	
Знания о физической культуре – 1ч.					
	60.	Возрождение олимпийских игр и олимпийского движения.	Роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии.	Презентация об Олимпийском движении.	**Определять** цель возрождения Олимпийских игр, объяснять смысл символики и ритуалов, роль Пьера де Кубертена в становлении Олимпийского движения.

Волейбол – 8 ч.					
	61.	Волейбол. Стойки и передвижения игрока. Передача двумя руками сверху на месте.	Упрощенные правила по волейболу.	Повторить правила техники безопасности на уроках волейбола.	**Организовывать** совместные занятия волейболом со сверст-никами. **Описывать технику** игровых действий и приёмов, осваивать их самостоятельно. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов. **Моделировать** технику игровых действий и приемов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий. **Выполнять** правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. **Применять** правила подбора одежды, использовать игру в волейбол в организации активного отдыха.
	62.	Передача двумя руками сверху на месте. Стойки и передвижения игрока.	Верхняя передача мяча.	Повторить правила игры в волейбол.	
	63.	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	Верхняя передача мяча.	Составить комплекс ОРУ	
	64.	Прием мяча снизу двумя руками над собой.	Верхняя передача мяча.	Составить комплекс ОРУ	
	65.	Передача двумя руками сверху, прием мяча снизу двумя руками над собой.	Прием мяча снизу.	Правила игры в волейбол.	
	66.	Передача двумя руками сверху, прием мяча снизу.	Технические приемы.	Прыжки через короткую скакалку.	
	67.	Передача двумя руками сверху, прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	Технические приёмы.	Составить комплекс ОРУ	
	68.	Нижняя прямая подача с 3-6м. Передача сверху, прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	Технические приёмы.	Упражнения на развитие пресса.	
Баскетбол – 8 ч.					
	69.	Правила техники безопасности на уроках баскетбола. Стойка и передвижение игрока.	Технические приёмы.	Прыжки через короткую скакалку.	**Организовывать** совместные занятия

					баскетболом со сверстниками, осуществлять судейство игры. **Описывать технику** игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов, соблюдать правила безопасности. **Моделировать** технику игровых действий и приемов, варьировать их в соответствии с ситуацией. **Выполнять** правила игры, уважительно относиться к сопернику. **Определять** степень утомления организма во время игровой деятельности. **Применять** правила подбора одежды для занятий, использовать игру в баскетбол в организации активного отдыха .
	70.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте.	Технические приёмы.	Составить комплекс ОРУ	
	71.	Ведение мяча на месте. Остановка прыжком.	Технические приемы.	Упражнения на развитие пресса.	
	72.	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом.	Технические приёмы.	Прыжки через короткую скакалку.	
	73.	Бросок двумя руками от головы с места. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге.	Технические приёмы.	Упражнения на развитие пресса.	
	74.	Бросок двумя руками от головы с места	Правила игры в баскетбол.	Прыжки через короткую скакалку.	
	75.	Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя снизу в движении.	Терминология баскетбола, правила.	Составить презентацию об игре в баскетбол.	
	76.	Ведение мяча с изменением скорости.	Технические приемы.	Составить комплекс ОРУ	

Способы двигательной (физкультурной) активности – 1ч.					
	77.	Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз.	Составление по образцу индивидуальных планов занятий физической подготовкой.	Наблюдение за индивидуальными показателями.	**Готовить** места занятий в условиях помещения и на открытом воздухе. **Выявлять** факторы нарушения техники безопасности при занятиях физической культурой. **Отбирать** состав упражнений для физкультурно-оздоровительных занятий.
Волейбол – 7ч.					
	78.	Волейбол. Стойки и передвижения игрока. Передача мяча в парах и над собой.	Технические приёмы.	Повторить правила техники безопасности на уроках волейбола.	**Организовывать** совместные занятия волейболом со сверст-никами. **Описывать технику** игровых действий и приёмов, осваивать их самостоятельно. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов. **Моделировать** технику игровых действий и приемов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий.
	79.	Приём мяча снизу двумя руками в парах. Нижняя прямая подача.	Тактика свободного нападения.	Повторить правила игры в волейбол.	
	80.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	Тактика свободного нападения.	Составить комплекс ОРУ	
	81.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	Технические приёмы.	Составить комплекс ОРУ	
	82.	Комбинации из разученных элементов в парах.	Технические приёмы.	Правила игры в волейбол.	

	83.	Комбинации из разученных элементов в парах. Прямой нападающий удар.	Технические приемы.	Прыжки через короткую скакалку.	**Выполнять** правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. **Применять** правила подбора одежды, использовать игру в волейбол в организации активного отдыха.
	84.	Комбинации из разученных элементов в парах.	Технические приёмы.	Составить комплекс ОРУ	
Прикладно - ориентированная подготовка – 2ч.					
	85.	Передвижение ходьбой, бегом, прыжками по пологому склону.	Техника прохождения дистанций в различных условиях.	Беговые упражнения.	**Организовывать и проводить** самостоятельные занятия прикладной физической подготовкой. **Владеть** вариативным выполнением прикладных упражнений для развития физических качеств. **Применять** прикладные упражнения для развития физических качеств. **Преодолевать** трудности и проявлять волевые качества личности.
	86.	Передвижение ходьбой, бегом, прыжками по сыпучему грунту, пересеченной местности	Техника прохождения дистанций в различных условиях.	Комплекс ОРУ.	
Легкая атлетика – 10 ч.					
	87.	Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики. Спринтерский бег.	Терминология спринтерского бега.	Составить комплекс ОРУ	**Описывать технику** выполнения беговых

					упражнений, осваивать её самостоятельно. **Демонстрировать** вариативное выполнение беговых упражнений. **Применять** беговые упражнения для развития физических качеств. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений. **Включать** беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.
	88.	Спринтерский бег. Тест- бег 30 м Эстафетный бег.	Влияние легкоатлетических упражнений на здоровье.	Правила соревнований по бегу на короткие дистанции.	
	89.	Эстафетный бег. Финиширование.	Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма.	Специальные беговые упражнения.	
	90.	Бег с высокого старта 60 м. Финиширование.	Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма.	Найти примеры применения силовой выносливости.	
	91.	Прыжок в длину способом «согнув ноги».	Терминология прыжков в длину.	Составить комплекс ОРУ	
	92.	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Метание мяча.	Терминология прыжков в длину.	Подобрать прыжковые упражнения	
	93.	Метание малого мяча.	Терминология метания	Найти результаты прыжков в длину на соревнованиях разного уровня.	
	94.	Метание малого мяча на дальность.	Развитие скоростно-силовых качеств.	Повторить правила соревнований по метанию.	**Описывать технику** выполнения прыжковых упражнений. **Демонстрировать** вариативное выполнение прыжковых упражнений. **Применять** прыжковые упражнения для
	95.	Бег на средние дистанции.	Развитие выносливости.	Составить комплекс ОРУ.	
	96.	Бег на средние дистанции.	Развитие выносливости.	Повторить правила соревнований в беге на средние дистанции.	

					развития физических качеств. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений. **Включать** прыжковые упражнения в различные формы занятий физической культурой.
Знания о физической культуре -1 ч.					
	97.	Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу олимпийских игр.	Краткая характеристика видов спорта, входящих в школьную программу по физической культуре.	Составить презентацию.	**Объяснять** причины включения упражнений из базовых видов спорта в школьную программу по физической культуре. **Определять** основные направления развития физической культуры в обществе.
Футбол – 5 ч.					
	98.	Футбол. Перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед.	Требования к технике безопасности. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	Правила техники безопасности.	**Организовывать** совместные занятия футболом со сверстниками. **Описывать технику** игровых действий и приемов. **Взаимодействовать** со сверстниками в процессе совместного освоения игровых
	99.	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости.	Освоение ударов по мячу и остановок.	Прыжки через короткую скакалку.	
	100.	Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.	Овладение техникой ударов по воротам.	Составить комплекс ОРУ.	
	101.	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.	Техника владения мячом, развитие координационных способностей.	Правила игры в футбол.	

	102.	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	Техника владения мячом, развитие координационных способностей.	Составить комплекс ОРУ.	действий. **Моделировать** технику игровых действий и приемов. **Выполнять** правила игры, уважительно относиться к сопернику.

График контроля

Сроки изучения учебного материала	№ урока	Тема урока	Форма контроля	Источники КИМа
		Сочетание из разученных перемещений, приемов и передач мяча. **Наклон вперед из положения сидя,см**	**тест**	В.И. Лях, А.А.Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл, М., Просвещение ,2012г
		Преодоление препятствий прыжком, ОРУ в движении.. **Прыжок в длину с места, см**	**тест**	В.И. Лях, А.А.Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл, М., Просвещение ,2012г
		Спринтерский бег, низкий старт 40- Правила техники безопасности на уроках легкой атлетике. **Бег 30 м, с**	**тест**	В.И. Лях, А.А.Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл, М., Просвещение ,2012г
		Метание малого мяча на дальность с 5-6 шагов. **Челночный бег, 3х10м, с**	**тест**	В.И. Лях, А.А.Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл, М., Просвещение ,2012г
		6-минутный бег, м	**тест**	В.И. Лях, А.А.Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл, М., Просвещение ,2012г

		Подтягивание: на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лежа (девочки), кол-во раз	**тест**	В.И. Лях, А.А.Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл, М., Просвещение ,2012г

Уровень физической подготовленности учащихся 11-12 лет (5 класс)

№ п/п	Контрольное упражнение (тест)	Возраст (лет)	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	Бег на 30 м (сек.)	11 12	6,3 6,0	6,1–5,5 5,8–5,4	5,0 4,9	6,4 6,3	6,3–5,7 6,2–5,5	5,1 5,0
2	Челночный бег 3 х 10 м (сек.)	11 12	9,7 9,3	9,3-8,8 9,0-8,6	8,5 8,3	10,1 10,0	9,7–9,3 9,6–9.1	8,9 8,8
3	Прыжок в длину с места (см)	11 12	140 145	160–180 165–180	195 200	130 135	150–175 155–175	185 190
4	6 минутный бег (м)	11 12	900 950	1000–1100 1100–1200	1300 1350	700 750	850–1000 900–1050	1100 1150
5	Наклон вперед из положения сидя, см	11 12	2 2	6-8 6-8	10 10	4 5	8-10 9-11	15 16
6.	Подтягивание: на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лежа (девочки), кол-во раз	11 12 11 12	1 1	4-5 4-6	6 7	 4 4	 10-14 11-15	 19 20

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включёнными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учитель реализует не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определённый период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

Итоговая отметка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

1. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За ответ, в котором:	За тот же ответ, если:	За ответ, в котором:	За непонимание и:
Учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.	В нём содержаться небольшие неточности и незначительные ошибки.	Отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.	Не знание материала программы.

2. Техника владения двигательными умениями и навыками

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

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За выполнение, в котором:	За тоже выполнение, если:	За выполнение, в котором:	За выполнение, в котором:
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно. чётко, уверенно, слитно, 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 выполняет 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 сравнении с уроком условиях.	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

3. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Учащийся **умеет:** - самостоятельно организовать место занятий; -подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги.	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.

4. Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»

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.	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста.	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту.	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности.

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определённую трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий даёт основание учителю для выставления высокой оценки.

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, лёгкой атлетике – путём сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный *год* производится на основании оценок за учебные четверти с учётом общих оценок по разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Информационные источники.

Для ученика:

В.И. Лях. Физическая культура 5-6 классы. М., Физкультура и спорт.2010г

Для учителя:

1. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 5-9 классы. М.: Просвещение, 2011г.- (Стандарты второго поколения).
2.В.И Лях Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И.Ляха 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений. -М.: Просвещение, 2012г.
3. В.И Лях, А.А. Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. –
М.: Просвещение, 2012.
4.Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.
5. «Справочник учителя физической культуры», П.А.Киселев, С.Б.Киселева; -Волгоград: «Учитель»,2008.

6.Холодов Ж.К. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя Издательство Москва 1998.
7.Кузнецов В.С. Практикум по теории и методики физического воспитания 2001г.
8.Федеральный закон « О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007г
9.О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499
10.О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015 гг. Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2011г.
11.Б.Н.Беленов, В.А.Ромашкин, Н.В.Майорова и др.«Деятельность образовательного учреждения по созданию условий
для сохранения и укрепления здоровья обучающихся.».-Самара: Изд-во «НТЦ»,2009г

ЦОР и ЭОР:
www.school-collektion.edu.ru
www ed.qov.ru
http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html