

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основе 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.

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

На основании приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2010 г. № 889 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» в объем недельной учебной нагрузки общеобразовательных учреждений всех видов и типов вводится третий час физической культуры.

В программе В.И. Ляха, А.А.Зданевича программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть – входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу и волейболу.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счёт увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений можно выделить время, как в процессе уроков, так и один час урочного времени в каждом триместре.

Целью рабочей программы является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.

Задачи физического воспитания учащихся 8 классов направлены:

- на содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- на обучение основам базовых видов двигательных действий;
- на дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- на формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма;
- на углубленное представление об основных видах спорта;
- на приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятиям, любимым видом спорта в свободное время;
- на формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

- на содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции.

Важной особенностью образовательного процесса физического воспитания является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании изучения раздела, так и по мере текущего освоения умений и навыков. В начале и конце учебного года учащиеся сдают шесть зачетных упражнений (тесты) для определения уровня физического развития и физических способностей. Тесты принимаются в виде зачетов по плану на уроках легкой атлетики. Кроме зачетов по уровню физического развития, в каждой четверти принимаются контрольные упражнения по пройденным разделам программы.

Планируемые результаты.

Учащиеся должны уметь **демонстрировать:**

Физические способности	Физические упражнения	мальчики	девочки
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, сек.	9,2	10,0
Силовые	Прыжок в длину с места, см	190	165
	Лазание по канату на расстояние 6 м, сек	12	-
	Поднимание туловища, лёжа на спине руки за головой, кол-во раз	-	18
К выносливости	Бег 2000 м, мин, сек	9.20	10,20
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, сек	10,0	14,0
	Броски малого мяча в мишень, м	12,0	10,0

**Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре
для 8 класса**

№	Вид программного материала	Кол-во часов
1	<i>Базовая часть</i>	68
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Лёгкая атлетика	20
1.3	ОФП	6
1.4	Спортивные игры: - волейбол - баскетбол	10 10
1.5	Кроссовая подготовка	22
1.6	Организаторские умения	В процессе урока
1.7	Основы самоконтроля	В процессе урока
2	<i>Вариативная часть</i>	34
2.1	Спортивные игры: - волейбол - баскетбол	16 14
2.2	Двигательные умения и навыки оздоровительной направленности	4
	Итого	102

**Учебно-тематическое планирование.
8 класс**

№п/п	Разделы программы	Количество часов	Из них
			Контрольные тесты
I.	Легкая атлетика	20	
1.	Спринтерский бег, эстафетный бег	10	2
2.	Прыжок в длину	4	2
3.	Метание малого мяча	4	2
4.	Бег на средние дистанции	2	2
II.	Кроссовая подготовка	22	
1.	Бег по пересеченной местности	14	2
2.	Преодоление препятствий	8	
III.	Спортивные игры	50	
1.	Волейбол	26	
2.	Баскетбол	44	
IV.	ОФП	4	
V.	Двигательные умения и навыки оздоровительной направленности	4	
	Итого	102	10

**Поурочное планирование
8 класс**

Сроки изучения учебного материала	№ урока	Тема урока	Основные понятия, изучаемые в теме	Домашнее задание	ЦОР
	1.	Первичный инструктаж по охране труда проведен. Правила техники безопасности на уроках л/а. Спринтерский бег.	Специальные беговые упражнения.	Составить комплекс ОРУ	
	2.	Спринтерский бег, бег с низкого старта.	Развитие скоростных качеств.	Правила соревнований по бегу на короткие дистанции.	
	3.	Спринтерский старт, низкий старт 30-40м.	Использование беговых упражнений для развития скоростных качеств.	Специальные беговые упражнения.	www.school-collektion.edu.ru
	4.	Эстафетный бег, финиширование.	Специальные беговые упражнения.	Найти примеры применения силовой выносливости.	
	5.	Эстафетный бег, финиширование.	Специальные беговые упражнения.	Составить комплекс ОРУ	
	6.	Прыжок в длину с разбега.	Техника отталкивания.	Подобрать прыжковые упражнения	
	7.	Прыжок в длину с разбега «согнув ноги».	Развитие скоростно-силовых качеств.	Найти результаты прыжков в длину на соревнованиях разного уровня.	
	8.	Метание мяча на дальность.	ОРУ, беговые упражнения	Повторить правила соревнований по метанию.	
	9.	Метания мяча на дальность. Эстафетный бег.	ОРУ, беговые упражнения.	Составить комплекс ОРУ.	

	10.	Бег на средние дистанции.	ОРУ, правила соревнований.	Повторить правила соревнований в беге на средние дистанции.	
	11.	Бег по пересеченной местности.	Развитие выносливости.	Составить комплекс ОРУ.	
	12.	Бег по пересеченной местности.	Специальные беговые упражнения.	Бег в равномерном темпе до 20 мин.	
	13.	Бег по пересеченной местности. Спортивные игры.	ОРУ, использование беговых упражнений для развития выносливости.	Бег в равномерном темпе до 20 мин.	
	14.	Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивные игры.	Специальные беговые упражнения.	Бег в равномерном темпе до 20 мин.	
	15.	Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивные игры	Специальные беговые упражнения.	Бег в равномерном темпе до 20 мин.	
	16.	Преодоление вертикальных препятствий. Спортивные игры.	ОРУ, развитие выносливости.	Бег в равномерном темпе до 20 мин.	
	17.	Преодоление вертикальных препятствий. Спортивные игры.	ОРУ, развитие выносливости.	Бег в равномерном темпе до 20 мин.	
	18.	Бег по пересеченной местности, дистанция 2 км	Развитие выносливости.	Бег в равномерном темпе до 20 мин.	
	19.	Правила техники безопасности на уроках волейбола. Стойка и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений.	ОРУ, специальные упражнения.	Повторить правила техники безопасности на уроках волейбола.	
	20.	Приём и передача мяча сверху, приём мяча снизу двумя руками в парах и тройках.	Технические действия в игре.	Повторить правила игры в волейбол.	

	21.	Верхняя передача мяча, приём снизу двумя руками. Передача мяча в парах и тройках.	ОРУ, технические действия в игре.	Составить комплекс ОРУ	
	22.	Нижняя прямая подача, приём мяча снизу после подачи.	ОРУ, технические действия в игре.	Составить комплекс ОРУ	
	23.	Передача мяча над собой во встречной колонне.	Технические действия в игре.	Правила игры в волейбол.	
	24.	Верхняя передача мяча в парах через сетку, нижняя прямая подача.	Технические действия в игре.	Правила игры в волейбол	
06/11-86	25.	Передача мяча в парах над собой во встречной колонне.	Технические действия в игре.	Прыжки через короткую скакалку.	
08.11-86	26.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	ОРУ, специальные упражнения.	Составить комплекс ОРУ	
	27.	Прием мяча сверху и снизу. Нижняя прямая подача.	ОРУ, специальные упражнения.	Упражнения на развитие пресса.	
	28.	Передача мяча сверху, прием снизу, Нижняя прямая подача.	Технические действия в игре.	Прыжки через короткую скакалку.	
	29.	Нижняя прямая подача, прием снизу после подачи.	Технические действия в игре.	Упражнения на развитие пресса.	
	30.	Нижняя прямая подача, прием снизу после подачи.	Развитие координационных способностей.	Прыжки через короткую скакалку.	
	31.	Верхняя передача мяча в парах через сетку.	Развитие координационных способностей.	Составить презентацию о волейболе.	
	32.	Передача мяча сверху через сетку, прием мяча снизу после подачи.	Развитие координационных способностей.	Составить комплекс ОРУ	
	33.	Прямой нападающий удар после подбрасывания партнером.	Специальные упражнения волейболиста.	Составить комплекс ОРУ.	
	34.	Прямой нападающий удар после подбрасывания	Специальные упражнения волейболиста.	Прыжки через короткую скакалку.	

		партнером.			
	35.	Передача мяча в тройках после перемещения.	Тактика свободного нападения.	Упражнения на развитие пресса.	
	36.	Комбинации из разученных перемещений, приём и передача мяча.	Тактика свободного нападения.	Жесты судьи .	
	37.	Правила техники безопасности на уроках обучения баскетболу. Сочетание приёмов передвижений и остановок.	Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие.	Повторить правила техники безопасности на уроках баскетбола	
	38.	Ведение мяча с сопротивлением противника, передачи разными способами на месте.	Развитие координационных способностей.	Повторить правила игры в баскетбол.	
	39.	Бросок двумя руками от головы, передачи мяча разными способами на месте.	Развитие координационных способностей.	Составить комплекс ОРУ	
	40.	Бросок двумя руками от головы с места, с сопротивлением.	Развитие координационных способностей.	Составить комплекс ОРУ	
	41.	Передачи мяча разными способами на месте с сопротивлением.	Личная защита.	Правила игры в баскетбол	
	42.	Передачи мяча разными способами на месте с сопротивлением. Штрафной бросок.	Личная защита.	Правила игры в баскетбол.	
	43.	Передачи мяча разными способами в движении парами, с сопротивлением.	Развитие координационных способностей.	Прыжки через короткую скакалку.	
	44.	Бросок двумя руками от головы с места, с	Развитие координационных способностей.	Составить комплекс ОРУ	

		сопротивлением. Учебная игра			
	45.	Бросок одной рукой от плеча с места.	Развитие координационных способностей.	Упражнения на развитие пресса.	
	46.	Бросок одной рукой от плеча с места, штрафной бросок.	Личная защита.	Прыжки через короткую скакалку.	
	47.	Прикладные упражнения. Развитие силовой выносливости.	Прикладное значение гимнастики.		
	48.	Прикладные упражнения. Развитие силовой выносливости.	Прикладное значение гимнастики.		

Сроки изучения учебного материала	№ урока	Тема урока	Основные понятия, изучаемые в теме	Домашнее задание	ЦОР
	49.	Строевые упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей.	Определение физического качества - быстрота	Составить комплекс ОРУ	
	50.	Строевые упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей.	Определение координационных способностей	Составить комплекс ОРУ на развитие координационных способностей	
	51.	Упражнения в равновесии. Развитие силовой выносливости.	Определение физического качества - сила	Подтягивание на перекладине.	www.school-collektion.edu.ru
	52.	Комбинации в равновесии. Эстафеты.	Сочетание силы и выносливости, применение силовой выносливости	Найти примеры применения силовой выносливости.	
	53.	Правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовки. Бег по пересеченной местности.	Развитие выносливости.	Составить комплекс ОРУ	

	54.	Правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовки. Бег по пересеченной местности.	ОРУ, развитие выносливости.	Подобрать упражнения	www.ed.gov.ru
	55.	Бег по пересеченной местности.	Понятие о темпе упражнений.	Бег в равномерном темпе до 15 мин.	
	56.	Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивные игры.	Использование легкоатлетических упражнений для развития выносливости.	Составить комплекс ОРУ	
	57.	Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивные игры.	Понятие о ритме упражнений.	Бег в равномерном темпе.	
	58.	Преодоление вертикальных препятствий. Спортивные игры.	Правила соревнований. Техника бега на средние дистанции. Бег в равномерном темпе.	Бег в равномерном темпе.	
	59.	Правила техники безопасности на уроках обучения баскетболу. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока.	Передвижения игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком. Передача мяча двумя руками от груди на месте с пассивным сопротивлением защитника.	Правила техники безопасности на уроках обучения баскетболу.	
	60.	Ведение мяча с сопротивлением, Бросок одной рукой от плеча с места.	Передвижения игрока. Повороты с мячом. Ведение мяча на месте со средней высотой отскока.	Составить комплекс ОРУ	www.ed.gov.ru
	61.	Бросок одной рукой от плеча с места, штрафной бросок.	Передвижения игрока. Повороты с мячом. Передача мяча одной рукой от плеча на месте с пассивным сопротивлением защитника.	Правила игры в баскетбол.	
	62.	Передачи мяча разными способами с сопротивлением.	Передвижения игрока. Повороты с мячом. Бросок	Составить комплекс ОРУ	

			мяча в движении двумя руками от головы.		
	63.	Передачи мяча разными способами в движении парами, с сопротивлением.	Передвижения игрока. Повороты с мячом. Передачи мяча в движении. Бросок двумя рукам от головы с места с сопротивлением.	Виды закаливания - реферат	www.ed.gov.ru
	64.	Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением.	Штрафной бросок. Игровые задания 2х1.	Составить комплекс ОРУ	
24/02-8а	65.	Сочетание приемов ведения, передачи, бросков. Штрафной бросок.	Прием и передача мяча в тройках со сменой мест.	Ловля и передача мяча.	
	66.	Сочетание приёмов ведения, передачи, бросков. Штрафной бросок.	Передвижения игрока. Бросок мяча в движении двумя руками от головы.	Упражнения на развитие брюшного пресса.	
	67.	Сочетание приёмов ведения, передачи, бросков. Быстрый прорыв 2*1, 3*2.	Передвижения игрока. Игровые задания. Развитие координационных способностей.	Подобрать упражнения для разминки.	
	68.	Взаимодействие двух игроков через заслон. Быстрый прорыв 2*1, 3*2.	Бросок мяча в движении двумя руками от головы.	Составить комплекс ОРУ	www.ed.gov.ru
	69.	Взаимодействие двух игроков через заслон. Быстрый прорыв 2*1, 3*2.	Бросок мяча в движении двумя руками от головы. Игровые задания.	Бег в равномерном темпе.	

	70.	Сочетание приемов ведения, передача, бросок с сопротивлением.	Передвижения игрока. Игровые задания. Развитие координационных способностей.	Составить комплекс ОРУ	
	71.	Сочетание приемов ведения, передача, бросок с сопротивлением. Нападение через «заслон».	Сочетание приемов передвижений и остановок. Игровые задания 2х2, 3х3.	Бег в равномерном темпе.	
	72.	Быстрый прорыв 2*1, 3*2. нападение через «заслон».	Сочетание приемов передвижений и остановок. Прием и передача мяча в тройках со сменой мест.	Составить комплекс ОРУ	
	73.	Правила техники безопасности на уроках обучения волейболу. Комбинации из разученных перемещений,	Правила волейбола. Стойки и перемещение игрока.	Упражнения на развитие брюшного пресса.	www.ed.gov.ru
	74.	Комбинации из разученных перемещений, передача в тройках после перемещения.	Правила волейбола. Стойки и перемещение игрока.	Прыжковые упражнения.	
20/03	75.	Нижняя прямая подача, прием подачи снизу.	Игровые упражнения на укороченной площадке	Прыжковые упражнения.	
	76.	Передача над собой во встречных колоннах. Прямой нападающий удар.	Игровые упражнения на укороченной площадке	Прыжки через короткую скакалку.	
	77.	Прямой нападающий удар в тройках через сетку.	Развитие координационных способностей. Прием и передача мяча	Упражнения на развитие брюшного пресса.	
	78.	Прямой нападающий удар в тройках через сетку.	Развитие координационных способностей. Нижняя прямая подача мяча.	Составить комплекс ОРУ	

	79.	Передача в тройках после перемещения, нижняя прямая подача.	Правила волейбола. Игра по упрощенным правилам.	Прыжковые упражнения.	
	80.	Сочетание из разученных перемещений, приемов и передач мяча.	Развитие координационных способностей.	Составить комплекс ОРУ	
	81.	Передвижение ходьбой, бегом, прыжками по ограниченной площадке.	Развитие скоростно-силовых способностей. Спортивные игры по выбору уч-ся.	Составить комплекс ОРУ.	
	82.	Преодоление препятствий прыжком, ОРУ в движении.	Составлять комплекс ОРУ. Спортивные игры по выбору уч-ся.	Составить комплекс ОРУ.	
	83.	Прикладные упражнения, упражнения в равновесии.	Комплекс ОРУ. Эстафеты с бегом и преодолением препятствий.	Бег в равномерном темпе.	
	84.	Преодоление горизонтальных и вертикальных препятствий.	Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафеты с элементами спортивных игр.	Бег в равномерном темпе.	
	85.	Правила техники безопасности на уроках легкой атлетике. Спринтерский бег.	Развитие скоростных качеств. Пробегать с максимальной скоростью 30м.	Составить комплекс ОРУ	
	86.	Спринтерский бег, низкий старт 30-40м	Специальные беговые упражнения. Бег 60м – зачет	Составить комплекс ОРУ	www.school-collektion.edu.ru
	87.	Спринтерский бег, низкий старт 40-60м	ОРУ, правила соревнований. Высокий старт. Бег с максимальной скоростью дистанции 50-60м	Беговые упражнения.	
	88.	Эстафетный бег, дистанция 70-80м	Специальные беговые упражнения. Бег на дистанцию до 100м	Ускорения из разных положений.	
	89.	Эстафетный бег, финиширование	Развитие скоростных качеств. Круговые эстафеты,	Составить комплекс ОРУ	

			дистанция до 100м		
	90.	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание.	Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжок в высоту с разбега. Эстафеты.	Беговые упражнения.	
	91.	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов.	ОРУ, специальные беговые упражнения. Спортивные игры по выбору.	Составить комплекс ОРУ	
	92.	Метание малого мяча на дальность с 5-6 шагов.	ОРУ Метание мяча на дальность М-35-30-28 Д-28-24-20	Составить комплекс ОРУ	
	93.	Метание малого мяча на дальность с 5-6 шагов.	Правила соревнований. Спортивные игры по выбору уч-ся.	Прыжковые упражнения.	www.school-collektion.edu.ru
	94.	Бег на средние дистанции	Правила соревнований. Развитие скоростно-силовых качеств.	Прыжковые упражнения.	
	95.	Бег по пересеченной местности.	Развитие выносливости. Бег в равномерном темпе до 15 мин.	Беговые и прыжковые упражнения.	
	96.	Бег по пересеченной местности, дистанция 1500м	Понятие о темпе упражнений. Бег в равномерном темпе до 17 мин.	Комплекс ОРУ	
	97.	Преодоление горизонтальных препятствий.	Использование легкоатлетических упражнений для развития выносливости. Бег в равномерном темпе до 20 мин.	Беговые и прыжковые упражнения.	
	98.	Преодоление горизонтальных препятствий.	Понятие о ритме упражнений. Специальные беговые упражнения.	Комплекс ОРУ	
	99.	Преодоление вертикальных препятствий.	Понятие об объеме упражнений. Спортивные игры по выбору уч-ся	Комплекс ОРУ	

	100.	Преодоление вертикальных препятствий.	Развитие выносливости. Правила соревнований	Беговые и прыжковые упражнения.	
	101.	Преодоление горизонтальных и вертикальных препятствий.	Развитие выносливости. Спортивные игры по выбору уч-ся	Бег 2000м без учета времени.	
	102.	Бег по пересеченной местности.	Правила соревнований по легкой атлетике.		

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 ,2010г
		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 ,2010г
		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 ,2010г
		Метание малого мяча на дальность с 5-6 шагов. Челночный бег, 3x10м, с	тест	В.И. Лях, А.А.Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл, М., Просвещение ,2010г

		Преодоление горизонтальных и вертикальных препятствий. Шестиминутный бег, м	тест	В.И. Лях, А.А.Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл, М., Просвещение ,2010г
--	--	--	------	---

Уровень физической подготовленности учащихся 13–14 лет (8 класс)

№ п/п	Контрольное упражнение (тест)	Возраст (лет)	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	Бег на 30 м (сек.)	13	5,9	5,6–5,2	4,8	6,3	6,2–5,5	5,2
		14	5,8	5,5–5,1	4,7	6,1	6,8–5,3	5,2
2	Челночный бег 3 по 10 м (сек.)	13	9,3	9,0-8,6	8,3	10,0	9,5–9,0	8,7
		14	9,0	8,7-8,3	8,0	9,9	9,4–9,0	8,6
3	Прыжок в длину с места (см)	13	150	170–190	205	140	160–180	200
		14	160	180–195	210	145	160–180	200
4	6 минутный бег (м)	13	1050	200-1300	1450	850	1000-1150	1250
		14	1100	1250-1350	1500	900	1050–1200	1300
5	Наклон вперед из положения сидя, см	13	3	7-9	11	7	12-14	20
		14	4	8-10	12	7	12-14	20
6	Подтягивание: на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лежа (девочки), кол-во раз	13	1	5-6	8	5	12-15	19
		14	2	6-7	9	5	13-15	17

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	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.

выполнения деятельности и оценивать итоги.	деятельности и оценивает итоги.		
--	---------------------------------	--	--

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. 7-8 классы. М., Физкультура и спорт.2010г

Для учителя:

1. В.И Лях, А.А. Зданевич Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2012.
- 2.Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.
3. «Справочник учителя физической культуры», П.А.Киселев, С.Б.Киселева; -Волгоград: «Учитель»,2008.
- 4.Холодов Ж.К. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя Издательство Москва 1998.
- 5.Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.
- 6.Федеральный закон « О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007г
- 7.О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499
- 8.О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015 гг. Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2011г.
- 9.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.gov.ru