

**Пояснительная записка**

   Содержание данной рабочей программы при трёх учебных занятиях в неделю  основного общего образования по физической культуре направлено в первую очередь на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, соответственно, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре.

           Помимо выполнения обязательного минимума содержания основных содержательных программ, в зависимости от региона его особенностей – климатических, национальных, а также от возможностей материальной физкультурно-спортивной базы включается и дифференцированная часть физической культуры.

   Данная программа рассчитана на условия типовых образовательных учреждений со стандартной базой для занятий физическим воспитанием и стандартным набором спортивного инвентаря.

           При разработке рабочей программы учитывались приём нормативов «Президентских состязаний», а так же участие школы в территориальной Спартакиаде по традиционным видам спорта (лыжный спорт, баскетбол, лёгкая атлетика).

           **Целью физического воспитания в школе является**содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

   Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих задач, направленных на:

укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию; обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

           Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения. В этой связи в основе принципов дальнейшего развития системы физического воспитания в школе должны лежать идеи личностного и деятельного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

           Решая задачи физического воспитания, учителю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных знаний.

           Содержание программного материала состоит из двух  основных частей: **базовой** и **вариативной** (дифференцированной). Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без базового компонента невозможна успешная адаптация к жизни в человеческом обществе и эффективное осуществление трудовой деятельности независимо от того, чем бы хотел молодой человек  заниматься в будущем. **Базовый** компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

           **Вариативная** (дифференцированная) часть физической культуры обусловлена необходимостью учёта индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школы.

**Задачи физического воспитания учащихся 5-9 классов.**

Решение задач физического воспитания учащихся направлено на:

содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

обучение основам базовых видов двигательных действий;

дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;

формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основе системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

**Уровень физической подготовленности учащихся 11 – 15 лет**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Физическиеспособности | Контрольноеупражнение(теcт) | Возрастлет | Уровень физической подготовленности учащихся |
|  |  |  |  | Мальчики | Девочки |
|  |  |  |  | Низкий | Средний | Высокий | Низкий | Средний | Высокий |
| 1 | Скоростные | Бег 30 м, c | 1112131415 | 6,3 и выше6,05,95,85,5 | 6,1—5,55,8—5,45,6—5,25,5—5,15,3—4,9 | 5,0 и ниже4,94,84,74,5 | 6,4 и выше6,36,26,16,0 | 6,3—5,76,2—5,56,0—5,45,9—5,45,8—5,3 | 5,1 и ниже5,05,04,94,9 |
| 2 | Координационные | Челночный бег3x10 м, с | 1112131415 | 9,7 и выше9,39,39,08,6 | 9,3—8,89,0—8,69,0—8,68,7—8,38,4—8,0 | 8,5 и ниже8,38,38,07,7 | 10,1 и выше10,010,09,99,7 | 9,7—9,39,6—9,19,5—9,09,4—9,09,3—8,8 | 8,9 и ниже8,88,78,68,5 |
| 3 | Скоростно-силовые | Прыжок в длину с места, см | 1112131415 | 140 и ниже145150160175 | 160—180165—180170—190180—195190—205 | 195 и выше200205210220 | 130 и ниже135140145155 | 150—175155—175160—180160—180165—185 | 185 и выше190200200205 |
| 4 | Выносливость | 6-минутный бег, м | 1112131415 | 900 и менее950100010501100 | 1000—11001100—12001150—12501200—13001250—1350 | 1300 и выше1350140014501500 | 700 и ниже750800850900 | 850—1000900—1050950—11001000—11501050—1200 | 1100 и выше1150120012501300 |
| 5 | Гибкость | Наклонвперед изположениясидя, см | 1112131415 | 2 и ниже2234 | 6—86—85—77—98—10 | 10 и выше1091112 | 4 и ниже5677 | 8—109—1110—1212—1412—14 | 15 и выше16182020 |
| 6 | Силовые | Подтягивание:на высокой перекладине из виса, кол-во раз (мальчики) | 1112131415 | 11123 | 4—54—65—66—77—8 | 6 и выше78910 |  |  |  |
|  |  | на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (девочки) | 1112131415 |  |  |  | 4 и ниже455.5 | 10—1411—1512—1513—1512—13 | 19 и выше20191716 |

**Годовое распределение**

**сетки часов на разделы по рабочей программе физического воспитания**

**при 3-х урочных занятиях в неделю в 5 – 9 классах.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Вид программного материала | ***Количество часов (уроков)*** |
| ***Класс*** |
| ***5*** | ***6*** | ***7*** | ***8*** | ***9*** |
| 1 | **Базовая часть** | 75 | 75 | 81 | 84 | 84 |
| 1.1 | Основы знаний о физической культуре | В процессе урока |
| 1.2 | Спортивные игры | 18 | 18 | 24 | 27 | 27 |
| 1.3 | Гимнастика с элементами акробатики | 18 | 18 | 18 | 18 | 18 |
| 1.4 | Легкая атлетика  | 21 | 21 | 21 | 21 | 21 |
| 1.5 | Лыжная подготовка | 18 | 18 | 18 | 18 | 18 |
| 2 | **Вариативная часть** | 27 | 27 | 21 | 18 | 18 |
| 2.1 | Связанный с региональными и национальными особенностями  | 15 | 15 | 12 | 9 | 9 |
| 2.2 | По выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углубленному изучению одного или нескольких видов спорта | 12 | 12 | 9 | 9 | 9 |

**Распределение часов на разделы по рабочей программе физического воспитания при 3-х урочных занятиях в неделю в 7 классе на 1017-2018 учебный год.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид программного материала** | **1 четверть** | **2 четверть** | **3 четверть** | **4 четверть** |
| 24 часа | 24 часа | 30 часа | 24 часа |
| Легкая атлетика | 10 | - | - | 11 |
| Гимнастика  | - | 18 | - | - |
| Лыжная подготовка | - | - | 18 | - |
| Спортивные игры | 14 | 6 | 12 | 13 |

**Календарно - тематическое**

**планирование по рабочей программе физического воспитания при**

 **3-х урочных**

**занятиях в неделю в 7 классе.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | дата | Раздел программы | Тема урока | Основные понятия |
| 1. 1
 |  | **Легкая атлети ка** | Водный. Инструктаж по ТБ на уроках физической культуры. Контроль ЧСС. | Физическая культура |
| 1. 2
 |  | Тестирование бега на 30м. Контроль ЧСС. | Самоконтроль  |
| 1. 3
 |  | Тестирование метания т/мяча на дальность. |  |
| 1. 4
 |  |  Тестирование бега на 60м с высокого старта. Низкий старт.  | Спринтерский бег. Низкий старт. |
| 1. 5
 |  | Развитие скоростно-силовых способностей. Бег 300 м (учет) |  |
| 1. 6
 |  | Тестирование челночного бега 6х10м. |  |
| 1. 7
 |  | Тестирование наклона вперед из положения стоя. | Гибкость  |
| 1. 8
 |  | Тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 секунд. |  |
| 1. 9
 |  | Тестирование виса на время. |  |
| 1. 10
 |  | Тестирование подтягивания в висе на перекладине. |  |
| 1. 11
 |  |  | Тестирование прыжка в длину с места. |  |
| 1. 12
 |  | **Баскетбол** | Баскетбол. Ведение мяча с изменением направления и скорости. | Баскетбол  |
| 1. 13
 |  |  | Повороты на месте и в движении. | Баскетбол.  |
| 1. 14
 |  |  | Бросок в прыжке. |  |
| 1. 15
 |  |  | Бросок в движении после 2 шагов. |  |
| 1. 16
 |  |  | Сочетание ведения передач и бросков. |  |
| 1. 17
 |  |  | Сочетание ведения, остановок и бросков. Штрафной бросок. Учебная игра. |  |
|  |  |  | Баскетбол. Броски после ловли и ведения. |  |
|  |  |  | Сочетание ведения и бросков. Учебная игра. |  |
|  |  |  | Броски в кольцо после ведения и ловли мяча. |  |
|  |  |  | Индивидуальные защитные действия: вырывание, перехват, взятие отскока. |  |
|  |  |  | Совершенствование изученных элементов игры в баскетбол. Учебная игра. |  |
|  |  |  | Совершенствование изученных элементов игры в баскетбол. |  |
|  |  |  | Урок-соревнование по баскетболу. |  |
| 1. 25
 |  | **Гимнас-тика** | Вводный. Инструктаж по ТБ во время занятий гимнастикой. Строевая подготовка. Кувырок вперед, назад. | Гимнастика  |
| 1. 26
 |  | Работа по отделениям: параллельные брусья (мал); акробатические упражнения (дев). |  |
| 1. 27
 |  | Работа по отделениям: Акробатич. упр. (мал), опорный прыжок «ноги врозь» (дев). (высота снаряда 110 см). |  |
| 1. 28
 |  | Работа по отделениям: опорный прыжок через гимнастического козла «ноги врозь» (мал), акробатические упражнения (дев). |  |
| 1. 29
 |  | Опорный прыжок «ноги врозь». Тестирование отжимание в упоре лежа. |  |
| 1. 30
 |  | Работа по отделениям: Параллельные брусья (мал); акробатические упр. (дев). |  |
| 1. 31
 |  | Круговая тренировка. |  |
| 1. 32
 |  | Составление комбинации из акр. элементов (мал); опорный прыжок «ноги врозь» (дев). |  |
| 1. 33
 |  | Работа по отделениям: низкая перекладина (мал); упражнения в равновесии (дев). |  |
| 1. 34
 |  | Круговая тренировка. |  |
| 1. 35
 |  | Работа по отделениям: упр. На параллельных брусьях (мал); акробатические упражнения (дев). |  |
| 1. 36
 |  | Работа по отделениям: упр. на разновысоких брусьях (дев); опорный прыжок «согнув ноги» (мал).  |  |
| 1. 37
 |  | Круговая тренировка. |  |
| 1. 38
 |  | Упр. на низкой перекладине (мал); опорный прыжок «ноги врозь» (дев). |  |
| 1. 39
 |  | Круговая тренировка. |  |
| 1. 40
 |  | Круговая тренировка. Лазание по канату |  |
| 1. 41
 |  |  Упр. на низкой перекладине (мал); упр. на разновысоких брусьях (дев). |  |
| 1. 42
 |  | Опорный прыжок (учет). |  |
| 1. 43
 |  |  | Упр. на низкой перекладине (мал) учет; упр. на гимн. Скамейке. (дев). |  |
| 1. 44
 |  |  | Выполнение комбинации из акробатических упражнений. Игра в баскетбол. |  |
| 1. 45
 |  |  | Работа по отделениям: упр. на разновысоких брусьях (дев) учет; силовая подготовка (мал).  |  |
| 1. 46
 |  |  | Сочетание ведения, передач и бросков в баскетболе. |  |
| 1. 47
 |  |  | Сочетание ведения, передач и бросков в баскетболе. |  |
| 1. 48
 |  |  | Подведение итогов четверти. Урок-соревнование по баскетболу. |  |
| 1. 49
 |  | **Лыж-****ная подго-****товка****(3четв.)** | Вводный. Инструктаж по ТБ во время занятий лыжной подготовкой. Температурный режим. |  |
| 1. 50
 |  | Попеременный двухшажный ход. |  |
| 1. 51
 |  | Спуски и подъемы. |  |
| 1. 52
 |  | Одновременный одношажный ход.  |  |
| 1. 53
 |  | Одновременный бесшажный ход. |  |
| 1. 54
 |  | Подъемы и спуски в средней и низкой стойке. |  |
| 1. 55
 |  | Коньковый ход. |  |
| 1. 56
 |  | Полуконьковый ход. |  |
| 1. 57
 |  | Горнолыжная подготовка. |  |
| 1. 58
 |  | Непрерывное передвижение по пересеченной местности. |  |
| 1. 59
 |  | Гонка-преследование на лыжах. |  |
| 1. 60
 |  | Совершенствование лыжных ходов. Развитие выносливости.  |  |
| 1. 61
 |  | Совершенствование конькового и п/конькового ходов. |  |
| 1. 62
 |  | Совершенствование лыжных ходов. |  |
| 1. 63
 |  | Непрерывное передвижение по пересеченной местности. |  |
| 1. 64
 |  | Совершенствование поворотов и торможения. Поворот махом лыжи на 180 ° |  |
| 1. 65
 |  | Совершенствование конькового хода (зачет). |  |
| 1. 67
 |  | Прохождение дистанции 3,5 км (мал) и 2,5 км (дев). |  |
|  |  | **Волейбол (12 часов)** | Волейбол. Правила игры. Повторение изученного ранее материала. Верхняя и нижняя передача мяча. |  |
|  |  | Прямая нижняя и боковая подача мяча. Прием мяча после подачи. |  |
|  |  | Передача мяча в соседнюю зону и через зону. |  |
|  |  | Игровые задания на площадке. Учебная игра. |  |
|  |  | Атакующий удар. Упражнения в парах. |  |
|  |  | Атакующий удар через сетку. Учебная игра. |  |
| 1. 73
 |  | Верхняя передача в парах и через сетку. |  |
| 1. 74
 |  | Передачи в соседнюю зону и через зону. |  |
| 1. 75
 |  | Атакующий удар. Блок. |  |
| 1. 76
 |  | Верхняя передача в парах через сетку. Выход к мячу. Игровые задания на площадке. |  |
| 1. 77
 |  | Игровые задания в парах, тройках. Учебная игра. |  |
|  |  | Урок-соревнование по волейболу. |  |
| 1. 78
 |  | **Баскет бол (4четв.)** | ТБ во время занятий спортивными играми и л/а. прыжок в высоту. |  |
| 1. 79
 |  | Баскетбол. Тактика свободного нападения 5:0. |  |
| 1. 80
 |  | Нападение быстрым прорывом 1:0; 2:0. |  |
| 1. 81
 |  | Сочетание ведения, передач и бросков. |  |
| 1. 82
 |  | Позиционное нападение. Быстрый прорыв 2:1 с пассивным сопротивлением. |  |
| 1. 83
 |  | Совершенствование изученных приемов. |  |
| 1. 84
 |  | Совершенствование нападения быстрым прорывом. Учебная игра. |  |
| 1. 85
 |  | Прыжки в высоту с разбега. Игра в баскетбол. |  |
| 1. 86
 |  | Урок-соревнование по баскетболу. |  |
| 1. 88
 |  | Прыжки в высоту способом «перешагивание». Тестирование виса на время. |  |
| 1. 89
 |  | Метания т/мяча на дальность. |  |
| 1. 90
 |  | Техника низкого старта.  |  |
| 1. 91
 |  | **Легкая атлети ка** | Прыжки в высоту способом «перешагивание» (учет). |  |
| 1. 92
 |  | Тестирование прыжка в длину. | Спринт  |
| 1. 93
 |  | Тестирование бега на 300м. |  |
| 1. 94
 |  | Техника эстафетного бега. Бег с палочкой. Передача эстафетной палочки. |  |
| 1. 95
 |  | Комбинированная эстафета. Тестирование наклона вперед из положения стоя. |  |
| 1. 96
 |  | Бег на выносливость 1500м. |  |
| 1. 97
 |  | Тестирование метания т/мяча на дальность. Бег на выносливость. |  |
| 1. 98
 |  | Тестирование прыжка в длину с места.  |  |
| 1. 99
 |  | Тестирование подтягивания на перекладине. Игра в баскетбол. |  |
| 1. 100
 |  | Тестирование бега на 500м. |  |
| 1. 101
 |  | Урок-соревнование (л/а эстафета).  |  |
| 1. 102
 |  |  | Зачет по предмету. Подведение итогов года. Задание на лето. |  |

**Критерии оценивания подготовленности учащихся по физической культуре.**

        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.

**Учебно-методический комплект:**

**Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы**

**Авторы:** доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук

А.А.Зданевич

6-е издание, Москва «Просвещение» 2009.

**Учебники:**

**1. Авторы:** М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов

**Физическая культура 5 – 6 – 7 классы,** Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 3-е издание, Москва «Просвещение» 2014.

**2. Авторы:**доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич

**Физическая культура 8 – 9  классы,** Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 2-е издание, Москва «Просвещение» 2014.

.