

**Санкт-Петербургское
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
СПб ГБПОУ «Академия ледовых видов
спорта «Динамо Санкт-Петербург»
Протокол от 31 августа 2023 года № 1

Мнение Совета родителей
СПб ГБПОУ «Академия ледовых видов
спорта «Динамо Санкт-Петербург»

УЧТЕНО

Протокол от 31 августа 2023 года № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор
СПб ГБПОУ «Академия ледовых видов
спорта «Динамо Санкт-Петербург»


Н.В. Скарлыгина
Приказ от 31 августа 2023 года № 230

Мнение Совета обучающихся
СПб ГБПОУ «Академия ледовых видов
спорта «Динамо Санкт-Петербург»

УЧТЕНО

Протокол от 31 августа 2023 года № 1

**ПРИЛОЖЕНИЕ К ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Физическая культура, 11 класс

для 11а класса

на 2023-2024 учебный год

Составитель: Голубева Е.Ю.,
учитель СПб ГБПОУ
«Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Санкт-Петербург
2023 год

1. Пояснительная записка.

1.1. Общая характеристика учебного предмета, курса: место в учебном плане школы

Данная рабочая программа полностью отображает базовый уровень подготовки обучающихся 11 классов по физической культуре.

На изучение предмета в учебном плане школы отводится 3 часа в неделю, итого 102 часов за учебный год. Основу рабочей программы составляет «Физическая культура. Примерные рабочие программы. автор доктор педагогических наук В.И. Лях.

1.2. Учебно-методический комплект учебного предмета, курса

1.2.1. Учебный комплект

- Физическая культура. 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. организаций: В. И. Лях. – 5-е изд. – М.: Просвещение, 2018. – 255 с.: ил. -ISBN 978-5-09-057323-8.

1.2.2. Методический комплект

- Лях В.И. Л98 Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 10 -11 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2015. – 80 с. – ISBN 978-5-09-034577-4.

1.3. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета, курса

Выпускник научится:

- знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;
- выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- практически использовать приемы самомассажа и релаксации;
- составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности;
- определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;
- проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;
- владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Выпускник получит возможность научиться:

- самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга;
- выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;
- выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- осуществлять судейство в избранном виде спорта;
- составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки.

2. Содержание учебного курса.

Раздел 2. Легкая атлетика (33 часов). Бег 100 м (техника низкого старта, тактика бега). Бег 3000 (2000) м (техника высокого старта, тактика бега). Метание гранаты с разбега на дальность (скрестный шаг). Тесты двигательной подготовленности (ТДП): челночный бег 5x10 м, прыжок в длину с места, силовое упражнение. Прыжок в высоту с разбега способом «Фосбери Флоп». Подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метанием. Эстафетный бег. Педагогическая практика: проведение одной из частей урока.

Раздел 3. Спортивные игры (27 часов)

Баскетбол (15 часов). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Варианты ловли и передачи мяча с сопротивлением. Варианты бросков с сопротивлением. Бросок с дальней дистанции. Добивание мяча. Действия против игрока с мячом и без мяча: вырывание, выбивание, перехват,

накрывание. Тактика нападения: взаимодействие двух игроков «передал мяч – выходи». Тактика защиты: зонная защита, взаимодействие двух игроков – подстраховка. Учебная игра. Основы судейства.

Волейбол (12 часов). Совершенствование техники выполнения верхней и нижней передачи: через голову назад, в прыжке, после перемещений. Удар нападающего. Игра в нападении в зоне 2, 4, 6. Блокирование удара нападающего. Игра в защите – подстраховка. Скидка. Учебная игра. Основы судейства.

Раздел 4. Гимнастика (21 час).

Упражнения для юношей. Строевые упражнения, упражнения со скакалкой, упражнения на степ – доске под музыку, ОРУ в парах, у гимнастической стенки, с гимнастической скамейкой. Упражнения на перекладине высокой – подъем в упор силой, подъём – переворотом, вис углом. Упражнения на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре, удержание угла в упоре. Акробатика – стойка на руках, кувырок назад через стойку на руках, выход силой в стойку на руках из стойки на голове и руках, длинный кувырок вперед, переворот боком, «мост» и разворот в упор присев. Учебная комбинация. Лазание по канату разными способами. Опорный прыжок, способом «ноги врозь», снаряд «конь» в длину. Комплексные силовые упражнения (КСУ). Приёмы самоосторожки. Приёмы борьбы лёжа и стоя. Учебная схватка. П.И. «Сила и ловкость», «Борьба всадников», «Борьба двое против двоих». Гигиена борца. Умение судить учебную схватку одного из видов единоборств. Самоконтроль при занятиях единоборствами.

Упражнения для девушек. Строевые упражнения, упражнения со скакалкой, упражнения на степ – доске под музыку, ОРУ в парах, у гимнастической стенки, с гимнастической скамейкой. Акробатика – совершенствование техники выполнения основных акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, стойки на лопатках, «моста», переворота боком. Учебная комбинация. Лазание по канату разными способами. Опорный прыжок, способом «ноги врозь», снаряд «козёл» в ширину. Комплексные силовые упражнения (КСУ). Приёмы самоосторожки. Приёмы борьбы лёжа и стоя. Учебная схватка. П.И. «Сила и ловкость», «Борьба всадников», «Борьба двое против двоих». Гигиена борца. Умение судить учебную схватку одного из видов единоборств. Самоконтроль при занятиях единоборствами.

Раздел 5. Лыжная подготовка (21 час). Техника классических ходов с палками. Техника конькового хода с палками. Переход с одновременных ходов на попеременные. Тактика лыжной гонки в свободном стиле. Поворот переступанием в движении. Торможение «упором». Подвижные игры и эстафеты на лыжах. Прохождение тренировочной дистанции до 10 (5) км без учета времени. Прохождение дистанции 5 (3) км на время.

1.4 Изменения, внесённые учителем в программу, и их обоснование

Раздел «Лёгкая атлетика» (21 час) дополнен 12 часами из вариативной части.

Раздел «Элементы единоборства» включены отдельными частями при прохождении материала других разделов, прежде всего Гимнастики. (как фрагмент урока)

Раздел «Гимнастика» (18 часов) дополнен 3 часами из раздела «Элементы единоборства».

Раздел «Спортивные игры» (21 час) дополнен 6 часами, из раздела «Элементы единоборства».

Раздел «Лыжная подготовка» (18 часов) дополнен 3 часами из вариативной части

3. Учебно-тематический план учебного предмета. курса

Учебный период (полугодие)	Раздел	Количество часов	Контроль, практика
1 полугодие	Раздел 2 «Лёгкая атлетика»	12	4
	Раздел 3 «Спортивные игры. Баскетбол»	15	2
	Раздел 4 «Гимнастика»	21	3
2 полугодие	Раздел 5 «Лыжная подготовка»	21	4
	Раздел 2 «Лёгкая атлетика»	9	2
	Раздел 3 «Спортивные игры. Волейбол»	12	2
	Раздел 2 «Лёгкая атлетика»	12	7
ИТОГО:		102	24

Тематическое планирование учебного предмета, курса

Номер урока (номер урока в разделе)	Дата проведения урока 11 А класс	Дата проведения урока 11Б класс	Дата проведения урока 11в класс	Тема урока	Контроль	Домашнее задание
1 полугодие – 48 часов						
Раздел 2 «Лёгкая атлетика» (12 часов)						
1/1				Инструктаж по охране жизни и здоровья. Тесты двигательной подготовленности (ТДП)		Стр. 18, 104
2/2				Тесты двигательной подготовленности. Виды стартов.		Не задано
3/3				Бег 100 м, силовые упражнения		Стр. 104
4/4				Бег 100м, силовые упражнения		Повторить фазы метания гранаты с разбега
5/5				Бег 100м, метание гранаты с разбега на дальность, силовые упражнения		Стр. 112
6/6				Бег 3000 (2000) м без учёта времени		Стр. 107
7/7				Бег 100 м, метание гранаты с разбега на дальность		Повторить правила соревнований и судейство в метании гранаты с разбега
8/8				Метание гранаты с		Повторить правила

				разбега на дальность, силовые упражнения		соревнований и судейство в беге на средние дистанции
9/9				Бег 3000 (2000) м		Не задано
10/10				Тесты двигательной подготовленности: прыжок в длину с места на дальность	КПР	Повторить правила соревнований и судейство в челночном беге
11/11				Тесты двигательной подготовленности: челночный бег 5x10 м на время	КПР	Повторить правила соревнований и судейство в силовых упражнениях
12/12				Тесты двигательной подготовленности: силовое упражнение (ю – подтягивания висе стоя, д – отжимания, в упоре лёжа) на результат	КПР	Не задано
Раздел 3 «Спортивные игры. Баскетбол» (15 часов)						
13/1				Инструктаж по охране жизни и здоровья. Учебная игра с применением ранее изученных технико-тактических действий	КПР	Стр. 18, 54
14/2				Совершенствование техники выполнения передвижений, ловли и передачи. Учебная игра с разбором.		Стр. 55 - 56

15/3				Совершенствование техники выполнения передвижений, ловли и передачи. Учебная игра с разбором.		Повторить способы передвижения нападающего, защитника
16/4				Совершенствование техники броска о средней и ближней дистанции. Добивание. Учебная игра с разбором.		Стр. 57 - 58
17/5				Совершенствование техники броска о средней и ближней дистанции. Добивание. Учебная игра с разбором.		Повторить правила игры, жесты судьи в поле
18/6				Бросок с дальней дистанции. Учебная игра с разбором. Судейство.		Стр. 59
19/7				Тактика нападения «отдал мяч – выходи. Учебная игра с разбором. Судейство.		Стр. 61
20/8				Действия против игрока с мячом. Тактика защиты. Учебная игра с разбором. Судейство.		Стр. 60
21/9				Действия против игрока с мячом. Тактика защиты. Учебная игра с разбором. Судейство.		Повторить правила игры, жесты судьи в поле

22/10				Бросок с дальней дистанции. Тактика защиты. Учебная игра с разбором. Судейство.		Повторить правила игры, жесты судьи в поле, виды и разновидност и защиты
23/11				Бросок с дальней дистанции. Тактика защиты. Учебная игра с разбором. Судейство.		Повторить правила игры, жесты судьи в поле, виды зонной защиты и тактику выбора вида
24/12				Бросок с дальней дистанции. Тактика защиты. Учебная игра с разбором. Судейство.		Повторить правила игры, жесты судьи в поле
25/13				Учебная игра с разбором. Судейство.		Повторить правила игры, жесты судьи в поле
26/14				Учебная игра с разбором. Судейство: судья в поле.		Подготовка к КПР: повторить правила соревнований
27/15				Учебная игра - применить изученные технико-тактические действия.	КПР	Не задано
Раздел 4 «Гимнастика» (21 час)						
28/1				Инструктаж по охране жизни и здоровья. Строевые упражнения. ОРУ у гимнастической стенки.		Стр. 18, 91 - 92
29/2				Строевые упражнения. ОРУ у		Повторить виды

				гимнастической стенки. Акробатические элементы.		строевых команд
30/3				Упражнения со скакалкой. Акробатические элементы. Лазание по канату.		Составить индивидуальн ые акробатическ ие связи
31/4				Упражнения на степ – доске под музыку. Акробатика. Лазание по канату.		Повторить способы лазания по канату
32/5				Строевые упражнения. Упражнения на степ – доске под музыку. Опорный прыжок.		Стр.92
33/6				Упражнения со скакалкой. Опорный прыжок. КСУ.		Стр. 98
34/7				Упражнения со скакалкой. Акробатика. КСУ (включая лазание по канату разными способами).		Не задано
35/8				Строевые упражнения. Упражнения на степ – доске под музыку. Акробатика.		Стр. 99 - 101
36/9				ОРУ с гимнастической скамейкой. Опорный прыжок.		Повторить фазы опорного прыжка

				Лазание по канату разными способами.		
37/10				ОРУ с гимнастической скамейкой. Упражнения со скакалкой. КСУ (включая лазание по канату разными способами).		Повторить виды ОРУ
38/11				ОРУ в парах. Упражнения на степ – доске под музыку. Опорный прыжок.		Повторить основные ошибки на приземлении
39/12				Строевые упражнения. Упражнения со скакалкой. Акробатика.		Стр. 93 – 94
40/13				Строевые упражнения – оценка техники изученных элементов. Упражнения на степ – доске под музыку. Акробатическая комбинация.		Подготовка к КПР: повторить технику выполнения силовых упражнений
41/14				Упражнения со скакалкой. СУ – сгибание и разгибание рук в висе стоя (лёжа), на результат.	КПР	Подготовка к КПР: повторить технику безопасности при выполнении упражнений на степ – доске под музыку.
42/15				Упражнения на степ – доске под музыку – оценка		Подготовка к КПР:

				техники выполнения. Акробатическая комбинация.		выучить зачетную комбинацию
43/16				Акробатическая комбинация- оценка техники выполнения.	КПР	Не задано
44/17				СУ - выход силой в упор, упражнения на гибкость.		Составить индивидуальную 1 группу КСУ
45/18				КСУ (1 группа) на результат.	КПР	Не задано
46/19				КСУ (2 группа). Опорный прыжок		Составить индивидуальную 3 группу КСУ
47/20				КСУ (3 группа), упражнения на скакалке.		Не задано
48/21				Основы круговой тренировки.		Не задано
				2 полугодие – 54 часа		
				Раздел 5 «Лыжная подготовка» (21 час).		
49/1				Инструктаж по охране жизни и здоровья в разделе «лыжная подготовка». Одновременные классические лыжные ходы.		Стр. 18, 116 - 117
50/2				Прохождение дистанции 2 км без учёта времени.		Не задано
51/3				Подвижные игры и эстафеты на лыжах.		Подобрать детские считалочки для выбора водящего в игре
52/4				Двушажный попеременный ход.		Не задано

53/5				Переход с одновременных ходов на попеременные. Прохождение дистанции 2 км без учёта времени.		Стр. 117 - 120
54/6				Подвижные игры и эстафеты на лыжах. <i>РВП: Биография известной личности: ЗМС, трехкратный призёр чемпионатов мира, двухкратный бронзовый призёр ОИ, Юлия Ступак.</i>		Не задано
55/7				Коньковый ход без палок.		Не задано
56/8				Тактика лыжной гонки. Прохождение дистанции 2 км без учёта времени.		Стр. 124 - 126
57/9				Подвижные игры и эстафеты на лыжах.		Не задано
58/10				Коньковый ход с палками.		Не задано
59/11				Тактика лыжной гонки. Прохождение дистанции 2 км без учёта времени.		Стр. 124 - 126
60/12				Подвижные игры и эстафеты на лыжах.		Не задано
61/13				Коньковый ход с палками. Торможение «упором».		Повторить термин «тактика»

62/14				Тактика лыжной гонки. Прохождение дистанции 2 км без учёта времени.		Подобрать подвижную игру для проведения на уроке
63/15				Подвижные игры и эстафеты на лыжах.		Не задано
64/16				Коньковый ход с палками. Поворот в движении «переступанием».		Повторить способы торможения
65/17				Торможение «упором». Тактика лыжной гонки. Прохождение дистанции 3 км без учёта времени		Подготовка к КПР: Коньковый ход с палками – оценка техники
66/18				Коньковый ход с палками – оценка техники	КПР	Не задано
67/19				Поворот переступанием в движении - оценка техники	КПР	Подготовка к КПР: Прохождение дистанции 5 (3) км на время. Составить индивидуальную тактику бега по дистанции
68/20				Прохождение дистанции 5 (3) км на время	КПР	Подготовка к КПР: повторить условия выполнения теста на выносливость, нормативы
69/21				Тест на выносливость	КПР	Не задано
Раздел 2 «Лёгкая атлетика» (9 часов).						
70/1				Инструктаж по охране жизни и		Стр. 18, 104

				здоровья. Прыжок в высоту с разбега способом Фосбери – оценка ранее изученной техники прыжка.		
71/2				Прыжок в высоту с разбега способом Фосбери Флоп (3-х шажный разбег, мах). СУ		Стр. 109 – 110
72/3				Прыжок в высоту с разбега способом Фосбери Флоп (полёт, приземление). СУ		Стр. 109
73/4				Прыжок в высоту с 3 шагов разбега способом Фосбери Флоп в полной координации. СУ		Повторить термины: «ритм», «дуга».
74/5				Прыжок в высоту с 3 шагов разбега способом Фосбери Флоп в полной координации. СУ		Подготовка к КПР: повторить технику выполнения силовых упражнений
75/6				5 – ти шажный разбег. Виды шагов. СУ (силовое упражнение: ю – подтягивания, д –отжимания) на результат.	КПР	Не задано
76/7				Прыжок в высоту с 7 шагов разбега		Повторить термины:

				способом Фосбери Флоп в полной координации.		«ритм», «ускорение». Повторить виды шагов в спорте
77/8				Прыжок в высоту с 7 шагов разбега способом Фосбери Флоп в полной координации. Подбор индивидуального разбега.		Подготовка к КПР: Повторить технику выполнения прыжка в высоту с 7 шагов разбега способом Фосбери Флоп в полной координации
78/9				Прыжок в высоту с 7 шагов разбега способом Фосбери Флоп в полной координации на результат	КПР	Не задано
Раздел 3 «Спортивные игры. Волейбол» (12 часов).						
79/1				Теория. Инструктаж по охране жизни и здоровья. Двусторонняя игра – оценка ранее изученных технико-тактических действий.	КПР	Стр. 18, 72
80/2				Верхняя передача в прыжке, через голову назад, после перемещения вперед. Учебная игра с разбором.		Стр. 74
81/3				Верхняя передача в прыжке, через голову назад,		Повторить правила соревнований

				после перемещения вперёд. Учебная игра с разбором.		
82/4				Нижняя передача через голову назад, после перемещения вперёд. Учебная игра с разбором.		Повторить фазы удара нападающего
83/5				Удар нападающего из 2, 4 зон, одиночный блок. Учебная игра с разбором. Судейство.		Стр. 76 – 78
84/6				Верхняя прямая подача – приём подачи Учебная игра с разбором. Судейство.		Повторить классификацию подач
85/7				Удар нападающего из 6 зоны. Учебная игра с разбором. Судейство.		Повторить правила соревнований, жесты судьи в поле
86/8				Удар нападающего из 6 зоны. Учебная игра с разбором. Судейство.		Стр. 80 – 81
87/9				Удар нападающего из 2, 4 зон, одиночный блок. Подстраховка. Учебная игра с разбором.		Не задано
88/10				Скидка. Учебная игра с разбором. Судейство.		Повторить правила соревнований, жесты судьи в поле
89/11				Скидка. Учебная игра с		Стр. 80 – 81

				разбором. Судейство – судья в поле.		
90/12				Учебная игра – оценка изученных технико-тактических действий.	КПР	Не задано
Раздел 2 «Лёгкая атлетика» (12 часов).						
91/1				Инструктаж по охране жизни и здоровья. Тесты двигательной подготовленности и на результат: силовые упражнения (ю – подтягивания из виса стоя, д – отжимания в упоре лёжа)	КПР	Стр. 104, 18 Повторить правила соревнований и судейство в прыжках в длину с места
92/2				Тесты двигательной подготовленности и на результат: прыжок в длину с места.	КПР	Повторить правила соревнований и судейство в челночном беге
93/3				Тесты двигательной подготовленности и на результат: челночный бег 5x10 м на результат	КПР	Повторить технику выполнения поворота
94/4				Бег 3000 (2000) м на результат.	КПР	Стр.107
95/5				Бег 100 м на результат.	КПР	Повторить фазы метания снаряда с разбега, правила соревнований
96/6				Метание гранаты с разбега на	КПР	Не задано

				дальность на результат.		
97/7				Педагогическая практика: проведение одной из частей урока.	КПР	Не задано
98/8				Эстафеты с бегом, прыжками.		Стр. 105
99/9				Подвижные игры с бегом, прыжками.		Повторить правила соревнований в эстафетном беге
100/10				Эстафетный бег		Повторить технику безопасности при проведении подвижных игр с бегом, группы подвижных игр
101/11				Подвижные игры с бегом		Повторить основные принципы построения круговой тренировки
102/12				Основы круговой тренировки		Не задано

Критерии оценивания учащихся по предмету физическая культура

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, включенными 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, учителя реализуют не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный 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, навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

I. 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, тестирование, выполнение творческих работ

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

используя в деятельности			
--------------------------	--	--	--

II. Техника владения двигательными умениями и навыками

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

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

III. Владение способами и умениями осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Учащийся умеет: - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов

применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги	незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги	или не выполняется один из пунктов	
---	---	------------------------------------	--

IV. 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 программ: по гимнастике, баскетболу, лёгкой атлетике, лыжной подготовке – путём сложения оценок за выполнение контрольных упражнений и конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений.

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