

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения Оренбургской области

**Управление образование Администрации муниципального
образования**

Оренбургского района Оренбургской области

МБОУ "Соловьевская СОШ"

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО

 Крамарова М.Ф.

Протокол № 1

от "23" августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР


Заятдинова А.Н.

от "25" августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ "Соловьевская
СОШ"


Курбанаев Е.А.

Приказ № 108/01-09

от "30" августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 11 класса

п. Соловьёвка 2023

Рабочая программа по физической культуре для 11 класса.

Планируемые результаты освоения обучающимися основной образовательной программы среднего общего образования учебного предмета «Физическая культура» в 11 классе.

Личностные результаты освоения программы.

В сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;
- неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

В сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;

- способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;
- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

Метапредметные результаты освоения программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

- 1. Регулятивные универсальные учебные действия.** Выпускник научится: – самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута; – оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали; – ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях; – оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели; – выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты; – организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели; – сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.
- 2. Познавательные универсальные учебные действия.** Выпускник научится: – искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи; – критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках; – использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках; – находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития; – выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и

способов действия; – выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения; – менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

3. Коммуникативные универсальные учебные действия. Выпускник научится: – осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий; – при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.); – координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; – развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств; – распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

Выпускник на базовом уровне научится:	Выпускник на базовом получит возможность научиться:
<ul style="list-style-type: none"> • определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; • знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; • знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности; • характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития; • характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения; • составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры; • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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; • проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга; • выполнять технические приемы и тактические действия национальных видов спорта; • 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.

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• практически использовать приемы самомассажа и релаксации;• практически использовать приемы защиты и самообороны;• 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). | |
|---|--|

Содержание учебного предмета «Физическая культура» в 11 классе. (102 ч.)

11 класс

1. Физическая культура и здоровый образ жизни (в процессе уроков).

Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек, поддержании репродуктивной функции. Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: гимнастика при занятиях умственной и физической деятельностью; сеансы аутотренинга, релаксации и самомассажа, банные процедуры. Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, основы методики их организации и проведения, контроль и оценка эффективности занятий. Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта; правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, судейство. Формы организации занятий физической культурой. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Современное состояние физической культуры и спорта в России. Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья.

2. Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе уроков).

Оздоровительные системы физического воспитания. Современные фитнес-программы, направленные на достижение и поддержание оптимального качества жизни, решение задач формирования жизненно необходимых и спортивно ориентированных двигательных навыков и умений. Индивидуально ориентированные здоровьесберегающие технологии: гимнастика при умственной и физической деятельности; комплексы упражнений адаптивной физической культуры; оздоровительная ходьба и бег.

3. Физическое совершенствование (102 часа).

Совершенствование техники упражнений базовых видов спорта.

Гимнастика с основами акробатики (18 часов): акробатические и гимнастические комбинации (на спортивных снарядах).

Лёгкая атлетика (21 час): бег на короткие, средние и длинные дистанции; прыжки в длину и высоту с разбега; метание гранаты.

Лыжная подготовка (18 часов): передвижение на лыжах.

Плавание*.

Спортивные игры (34 часа: баскетбол -7 часов, волейбол -20 часов, футбол - 7 часов.): технические приемы и командно-тактические действия в командных (игровых) видах; техническая и тактическая подготовка в национальных видах спорта.

Спортивные единоборства (5 часов): технико-тактические действия самообороны; приемы страховки и само страховки.

Прикладная физическая подготовка (6 часов): полосы препятствий; кросс по пересеченной местности с элементами спортивного ориентирования; прикладное плавание**.

*Плавание изучается теоретически в процессе урока и как домашнее задание (в связи с отсутствием бассейна в школе).

**Прикладное плавание изучается теоретически в процессе урока и как домашнее задание (в связи с отсутствием бассейна в школе).

Тематическое планирование.

11 класс

№ ур.	Тема	Количество часов	Дата		Примечание
			по плану	фактически	
Раздел. Спортивные игры (футбол) – 5 часов.					
1	Обеспечение безопасности. Современное состояние физической культуры и спорта в России.	1	1.09.23		
2	Совершенствование техники упражнений. Технические приемы. Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья.	1	1.09.23		
3	Совершенствование техники упражнений. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1	5.09.23		
4	Совершенствование техники упражнений. Командно-тактические действия в командных (игровых) видах.	1	8.09.23		
5	Командно-тактические действия в командных (игровых) видах. Правила организации и проведения соревнований.	1	8.09.23		
Раздел. Лёгкая атлетика – 11 часов.					
6	Обеспечение безопасности. Бег на короткие дистанции.	1	12.09.23		
7	Взаимосвязь состояния здоровья с продолжительностью жизни человека. Роль и значение занятий физической культурой в укреплении и сохранении здоровья в разных возрастных периодах.	1	15.09.23		
8	БФП. Развитие скоростных способностей: бег по разметке с максимальным темпом; челночный бег.	1	15.09.23		
9	БФП. Развитие координации движений: броски теннисного мяча правой и левой	1	19.09.23		

	рукой в подвижную и неподвижную мишень, с места и с разбега.				
10	БФП. Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 500 г(д), 700 г(ю)	1	22.09.23		
11	Влияние занятий физической культурой на профилактику и искоренение вредных привычек. Личная гигиена, закаливание организма и банные процедуры как компоненты здорового образа жизни.	1	22.09.23		
12	Понятие «профессионально-ориентированная физическая культура», цель и задачи, содержательное наполнение. Оздоровительная физическая культура в режиме учебной и профессиональной деятельности.	1	26.09.23		
13	Понятие «профессионально-ориентированная физическая культура», цель и задачи, содержательное наполнение. Оздоровительная физическая культура в режиме учебной и профессиональной деятельности.	1	29.09.23		
14	Взаимосвязь состояния здоровья с продолжительностью жизни человека. Роль и значение занятий физической культурой в укреплении и сохранении здоровья в разных возрастных периодах	1	29.09.23		
15	БФП. Развитие скоростных способностей: бег по разметке с максимальным темпом; челночный бег.	1	3.10.23		
16	БФП. Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10 м	1	6.10.23		
Раздел. Гимнастика с основами акробатики – 18 часов.					
17	Причины возникновения травм и способы их предупреждения.	1	6.10.23		
18	Акробатические комбинации. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни.	1	10.10.23		
19	Акробатические комбинации. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в сохранении творческой активности и долголетия.	1	13.10.23		
20	Акробатические комбинации. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек.	1	13.10.23		
21	Акробатические комбинации. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в поддержании репродуктивной функции.	1	17.10.23		
22	Гимнастические комбинации (на спортивных снарядах). Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: гимнастика при занятиях умственной и физической деятельностью.	1	20.10.23		

23	Гимнастические комбинации (на спортивных снарядах). Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: сеансы аутотренинга.	1	20.10.23		
24	Гимнастические комбинации (на спортивных снарядах). Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: сеансы релаксации и самомассажа.	1	24.10.23		
25	Гимнастические комбинации (на спортивных снарядах). Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: банные процедуры.	1	27.10.23		
26	Гимнастические комбинации (на спортивных снарядах). Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, основы методики их организации и проведения.	1			
27	Гимнастические комбинации (на спортивных снарядах). Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, контроль и оценка эффективности занятий.	1			
28	Гимнастические комбинации (на спортивных снарядах). Оздоровительные системы физического воспитания.	1			
29	Современные фитнес-программы, направленные на достижение и поддержание оптимального качества жизни.	1			
30	Современные фитнес-программы, направленные на решение задач формирования жизненно необходимых двигательных навыков и умений.	1			
31	Современные фитнес-программы, направленные на достижение и поддержание спортивно ориентированных двигательных навыков и умений.	1			
32	Индивидуально ориентированные здоровьесберегающие технологии: гимнастика при умственной и физической деятельности.	1			
33	Индивидуально ориентированные здоровьесберегающие технологии: комплексы упражнений адаптивной физической культуры.	1			
34	Индивидуально ориентированные здоровьесберегающие технологии: оздоровительная ходьба и бег.	1			
Раздел. Прикладная физическая подготовка - 3 часа.					
35	Полосы препятствий. Обеспечение безопасности.	1			
36	Полосы препятствий. Плавание – обеспечение безопасности, основные способы.	1			
37	Полосы препятствий. Плавание – система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, основы методики их	1			

	организации и проведения, контроль и оценка эффективности занятий.				
Раздел. Спортивные игры (волейбол) – 11 часов.					
38	Обеспечение безопасности. Технические приемы.	1			
39	Совершенствование техники упражнений. Технические приемы.	1			
40	Совершенствование техники упражнений. Командно-тактические действия в командных (игровых) видах.	1			
41	Технические приемы. Совершенствование техники упражнений. Командно-тактические действия в командных (игровых) видах.	1			
42	Технические приемы. Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта.	1			
43	Совершенствование техники упражнений. Командно-тактические действия в командных (игровых) видах. Особенности соревновательной деятельности правила организации и проведения соревнований.	1			
44	Технические приемы. Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта - обеспечение безопасности.	1			
45	Судейство. Совершенствование техники упражнений. Командно-тактические действия в командных (игровых) видах.	1			
46	Технические приемы. Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта - судейство.	1			
47	Совершенствование техники упражнений. Командно-тактические действия в командных (игровых) видах.	1			
48	Командно-тактические действия в командных (игровых) видах. Особенности соревновательной деятельности правила организации и проведения соревнований.	1			
Раздел. Спортивные игры (баскетбол) – 7 часов.					
49	Обеспечение безопасности. Технические приемы.	1			
50	Технические приемы.	1			
51	Судейство. Технические приемы.	1			
52	Совершенствование техники упражнений. Командно-тактические действия в командных (игровых) видах.	1			
53	Технические приемы. Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта.	1			

54	Совершенствование техники упражнений. Командно-тактические действия в командных (игровых) видах. Особенности соревновательной деятельности правила организации и проведения соревнований.	1			
55	Командно-тактические действия в командных (игровых) видах. Особенности соревновательной деятельности правила организации и проведения соревнований.	1			
Раздел. Лыжная подготовка - 18 ч.					
56	Обеспечение безопасности. Технические приемы.	1			
57	Технические приемы. Передвижение на лыжах. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни.	1			
58	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений.	1			
59	Передвижение на лыжах. Технические приемы. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в сохранении творческой активности и долголетия.	1			
60	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений. Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: сеансы аутотренинга.	1			
61	Передвижение на лыжах. Технические приемы. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в предупреждении профессиональных заболеваний.	1			
62	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений. Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности сеансы релаксации и самомассажа.	1			
63	Передвижение на лыжах. Технические приемы. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в предупреждении вредных привычек.	1			
64	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений. Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: банные процедуры.	1			
65	Передвижение на лыжах. Технические приемы. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в поддержании репродуктивной функции.	1			

66	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений. Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, основы методики их организации и проведения.	1			
67	Передвижение на лыжах. Технические приемы. Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: гимнастика при занятиях умственной деятельностью.	1			
68	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений. Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности контроль и оценка эффективности занятий.	1			
69	Технические приемы. Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: гимнастика при занятиях физической деятельностью.	1			
70	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений. Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта.	1			
71	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений. Правила организации и проведения соревнований.	1			
72	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений. Правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, судейство.	1			
73	Передвижение на лыжах. Совершенствование техники упражнений.	1			
Раздел. Спортивные единоборства – 5 часов.					
74	Технико-тактические действия самообороны. Современное состояние физической культуры и спорта в России.	1			
75	Приемы страховки и самостраховки.	1			
76	Формы организации занятий физической культурой. Технико-тактические действия самообороны	1			
77	Совершенствование техники упражнений. Приемы страховки и самостраховки.	1			
78	Технико-тактические действия самообороны. Совершенствование техники упражнений.	1			
Раздел. Спортивные игры (волейбол) – 9 часов					
79	Обеспечение безопасности. Технические приемы.	1			
80	Совершенствование техники упражнений.	1			

81	Командно-тактические действия в командных (игровых) видах. Совершенствование техники упражнений.	1			
82	Судейство. Командно-тактические действия в командных (игровых) видах.	1			
83	Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта; правила организации и проведения соревнований. Совершенствование техники упражнений.	1			
84	Технические приемы. Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта обеспечение безопасности, судейство.	1			
85	Совершенствование техники упражнений. Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, основы методики их организации и проведения.	1			
86	Техническая и тактическая подготовка в национальных видах спорта. Совершенствование техники упражнений.	1			
87	Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, контроль и оценка эффективности занятий. Техническая и тактическая подготовка в национальных видах спорта.	1			
Раздел. Лёгкая атлетика – 10 часов.					
88	Прыжок в длину с места. Совершенствование техники упражнений.	1			
89	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1			
90	Прыжки в высоту с разбега. Технические приемы.	1			
91	Прыжки в высоту с разбега. Совершенствование техники упражнений.	1			
92	Бег на средние дистанции. Совершенствование техники упражнений.	1			
93	Бег на длинные дистанции. Совершенствование техники упражнений.	1			
94	Бег на короткие, средние и длинные дистанции - правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, судейство.	1			
95	Бег на длинные дистанции. Особенности соревновательной деятельности правила организации и проведения соревнований.	1			
96	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1			
97	Бег на короткие дистанции. Особенности соревновательной деятельности правила организации и проведения соревнований.	1			
Раздел. Спортивные игры (футбол) – 2 часа					
98	Технические приемы. Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта обеспечение безопасности, судейство.	1			

99	Техническая и тактическая подготовка в национальных видах спорта.	1			
Раздел. Прикладная физическая подготовка – 3 часа.					
100	Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1			
101	Кросс по пересеченной местности с элементами спортивного ориентирования.	1			
102	Прикладное плавание. Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья.	1			

Приложение 2.

Оценочные и методические материалы. Формы и средства контроля знаний.

Основным объектом системы оценки, ее содержательной и критериальной базой выступают требования ФГОС СОО, которые конкретизированы в итоговых планируемых результатах освоения обучающимися примерной основной образовательной программы среднего общего образования. Итоговые планируемые результаты детализируются в рабочей программе в виде промежуточных планируемых результатов. Оценка образовательных достижений обучающихся осуществляется в рамках внутренней оценки образовательной организации, включающей различные оценочные процедуры (стартовая диагностика, текущая и тематическая оценка, портфолио, процедуры внутреннего мониторинга образовательных достижений, промежуточная и итоговая аттестации обучающихся). Системно-деятельностный подход к оценке образовательных достижений проявляется в оценке способности обучающихся к решению учебно-познавательных и учебно-практических задач. Он обеспечивается содержанием и критериями оценки, в качестве которых выступают планируемые результаты обучения, выраженные в деятельностной форме. Комплексный подход к оценке образовательных достижений реализуется путем: – оценки трех групп результатов: личностных, предметных, метапредметных (регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных учебных действий); – использования комплекса оценочных процедур как основы для оценки динамики индивидуальных образовательных достижений и для итоговой оценки.

Особенности оценки личностных, метапредметных и предметных результатов.

Особенности оценки личностных результатов. Формирование личностных результатов обеспечивается в ходе реализации всех компонентов образовательной деятельности, включая внеурочную деятельность. В соответствии с требованиями ФГОС СОО достижение личностных результатов не выносится на итоговую оценку обучающихся, а является предметом оценки эффективности воспитательно-образовательной деятельности образовательной организации и образовательных систем разного уровня. Оценка личностных результатов образовательной деятельности осуществляется в ходе внешних неперсонифицированных мониторинговых исследований. Инструментарий для них разрабатывается и основывается на общепринятых в профессиональном сообществе методиках психолого-педагогической диагностики.

Оценка метапредметных результатов представляет собой оценку достижения планируемых результатов освоения основной образовательной программы, которые представлены в примерной программе формирования универсальных учебных действий (разделы «Регулятивные универсальные учебные действия», «Коммуникативные универсальные учебные действия», «Познавательные универсальные учебные действия»). Оценка достижения

метапредметных результатов осуществляется администрацией образовательной организации в ходе внутреннего мониторинга. Содержание и периодичность оценочных процедур устанавливается решением педагогического совета. Наиболее адекватными формами оценки познавательных учебных действий могут быть письменные измерительные материалы, ИКТ компетентности – практическая работа с использованием компьютера; сформированности регулятивных и коммуникативных учебных действий – наблюдение за ходом выполнения групповых и индивидуальных учебных исследований и проектов. Особенности оценки предметных результатов. Оценка предметных результатов представляет собой оценку достижения обучающимися планируемых результатов по отдельным предметам: промежуточных планируемых результатов в рамках текущей и тематической проверки и итоговых планируемых результатов в рамках итоговой оценки и государственной итоговой аттестации. Средством оценки планируемых результатов выступают учебные задания, проверяющие способность к решению учебно-познавательных и учебно-практических задач, предполагающие вариативные пути решения, комплексные задания, ориентированные на проверку целого комплекса умений; компетентностно-ориентированные задания, позволяющие оценивать сформированность группы различных умений и базирующиеся на контексте ситуаций «жизненного» характера. Оценка предметных результатов ведется каждым учителем в ходе процедур текущей, тематической, промежуточной и итоговой оценки, а также администрацией образовательной организации в ходе внутреннего мониторинга учебных достижений.

Организация и содержание оценочных процедур.

Стартовая диагностика представляет собой процедуру оценки готовности к обучению на уровне среднего общего образования. Стартовая диагностика освоения метапредметных результатов проводится администрацией образовательной организации в начале 10-го класса и выступает как основа (точка отсчета) для оценки динамики образовательных достижений. Стартовая диагностика готовности к изучению отдельных предметов (разделов) проводится учителем в начале изучения предметного курса (раздела). Результаты стартовой диагностики являются основанием для корректировки учебных программ и индивидуализации учебной деятельности (в том числе в рамках выбора уровня изучения предметов) с учетом выделенных актуальных проблем, характерных для класса в целом и выявленных групп риска.

Текущая оценка представляет собой процедуру оценки индивидуального продвижения в освоении учебной программы курса. Текущая оценка может быть формирующей, т.е. поддерживающей и направляющей усилия обучающегося, и диагностической, способствующей выявлению и осознанию учителем и обучающимся существующих проблем в обучении. Объектом текущей оценки являются промежуточные предметные планируемые образовательные результаты. В ходе оценки сформированности метапредметных результатов обучения рекомендуется особое внимание уделять выявлению проблем и фиксации успешности продвижения в овладении коммуникативными умениями (умением внимательно относиться к чужой точке зрения, умением рассуждать с точки зрения собеседника, не совпадающей с собственной точкой зрения); инструментами само- и взаимооценки; инструментами и приемами поисковой деятельности.

Тематическая оценка представляет собой процедуру оценки уровня достижения промежуточных планируемых результатов по предмету, которые приводятся в учебных методических комплексах к учебникам, входящих в федеральный перечень, и в рабочих программах. Оценочные процедуры подбираются так, чтобы они предусматривали возможность оценки достижения всей совокупности планируемых результатов и каждого из них. Результаты тематической оценки являются основанием для текущей коррекции учебной деятельности и ее индивидуализации.

Портфолио представляет собой процедуру оценки динамики учебной и творческой активности обучающегося, направленности, широты или избирательности интересов, выраженности проявлений творческой инициативы, а также уровня высших достижений, демонстрируемых данным обучающимся. В портфолио включаются как документы, фиксирующие достижения обучающегося (например, наградные листы, дипломы, сертификаты участия, рецензии, отзывы на работы и проч.), так и его работы. Портфолио в части подборки документов формируется в электронном

виде в течение всех лет обучения в основной и средней школе. Результаты, представленные в портфолио, используются при поступлении в высшие учебные заведения.

Промежуточная аттестация представляет собой процедуру аттестации обучающихся на уровне среднего общего образования и проводится в конце учебного года. Промежуточная аттестация проводится на основе результатов накопленной оценки и результатов выполнения тематических проверочных работ и может отражаться в дневнике. Промежуточная оценка, фиксирующая достижение предметных планируемых результатов и универсальных учебных действий на уровне не ниже базового, является основанием для перевода в следующий класс и для допуска обучающегося к государственной итоговой аттестации. Промежуточная аттестация обучающихся 10-11 класса проводится в форме итоговой контрольной работы-
Приложение 2.1.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки обучающихся.

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, проектная работа.

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

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 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,	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено

четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает суть 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	допустил не более двух незначительных ошибок	несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Обучающийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях	более двух значительных или одна грубая ошибка
---	--	---	--

Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Обучающийся умеет: – самостоятельно организовать место занятий; – подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; – контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги	Обучающийся: – 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	Обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов

Уровень физической подготовленности обучающихся

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 определенный период времени	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту	Обучающийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности

**Итоговая контрольная работа в рамках промежуточной аттестации
по физической культуре для 11 класса.**

Спецификация.

1. Назначение работы:

Промежуточная аттестация проводится с целью определения уровня освоения обучающимися предметного содержания учебного предмета «Физическая культура» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного среднего образования.

2. Характеристика работы:

Форма проведения работы: итоговая контрольная работа - тест по физической культуре для обучающихся 10-11 класса.

Работа проводится во 10-11- м классе в конце учебного года, состоит из теоретической части.

Теоретическая часть заданий состоит из 25 вопросов с выбором ответа.

Все результаты заносится в лист «Протокол промежуточной аттестации по физической культуре».

3. Кодификатор элементов содержания.

Код раз-дела	Код контролируемого элемента	Элементы содержания
1.		Физическая культура и здоровый образ жизни
	1.1	Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья.
	1.2	Современные оздоровительные системы физического воспитания.
	1.3	
	1.4	Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности,

	1.5	основы методики их организации и проведения, контроль и оценка эффективности занятий.
	1.6	
2.	Физкультурно-оздоровительная деятельность	
	2.1	Оздоровительные системы физического воспитания.
	2.2	Современные фитнес-программы.
	2.3	Индивидуально ориентированные здоровьесберегающие технологии.
	2.4	
3.	Физическое совершенствование.	
	3.1	Лёгкая атлетика.
	3.2	
	3.3	
	3.4	
	3.5	Спортивные игры – баскетбол.
	3.6	
	3.7	
	3.8	Лыжные гонки.
	3.9	
	3.10	Гимнастика с основами акробатики.
	3.11	
	3.12	
	3.13	Спортивные игры – волейбол.
	3.14	
	3.15	Спортивные игры – футбол.
	3.16	Плавание

4. Критерии оценивания для обучающихся 10-11 класса.

За каждый правильный ответ участнику дается 1 балл.

<i>Оценка</i>	<i>Количество правильных ответов</i>	<i>Количество правильных ответов для обучающихся с ОВЗ</i>
«5»	20-25	18 - 25

«4»	15-19	13- 18
«3»	10-14	8 -13
«2»	Менее 9	не ставится

5. Рекомендации по проведению.

На выполнение теоретической части отводится 40 минут, из них 3 минуты отводится на проведение инструктажа и 2 минуты на заполнение основной информации.

6. Текст итоговой контрольной работы.

**Итоговая контрольная работа - тест по физической культуре
для обучающихся 11 класса.**

1. Физическая культура и здоровый образ жизни

1. Назовите, в каких государственных документах закреплены правовые основы физической культуры и спорта.

- а) Конституция РФ;
- в) Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ»;
- с) оба варианта верны.

2. Что такое «репродуктивное здоровье»?

- а) физическая подготовленность человека;
- в) воспроизведение организмами себе подобных;
- с) генетически наследственная предрасположенность плохого или хорошего физического развития.

3. Современные оздоровительные системы физического воспитания способствуют...

- а) формированию здорового образа жизни, сохранению творческой активности и долголетия;
- в) предупреждению профессиональных заболеваний и вредных привычек, поддержании репродуктивной функции человека
- с) всё выше перечисленное.

4. В покое у физически неактивных людей ЧСС обычно составляет.

- а) 100-150 уд/мин.; в) 72-84 уд/мин.; с) ниже 60 уд/мин.

5. Утомление – это...

- а) состояние организма, возникающее под влиянием той или иной работы и характеризующееся временным снижением работоспособности
- в) регулярное нарушение функций человека
- с) состояние организма, возникающее под влиянием той или иной работы и характеризующееся долговременным снижением работоспособности.

6. Назовите основные физические качества:

- а) координация, выносливость, гибкость, сила, быстрота;
- в) сила, быстрота, выносливость, гибкость;
- с) общая выносливость, силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость

2. Физкультурно-оздоровительная деятельность.

1. Какой древнегреческий врач широко использовал физические упражнения при лечении больных, но и обосновал принцип их применения.

- а) Гиппократ; в) Аристотель; с) Гален.

2. При формировании телосложения не эффективны упражнения:

- а) способствующие увеличению мышечной массы;
- б) способствующие снижению веса тела;
- с) способствующие повышению быстроты движений.

3. Индивидуально ориентированные здоровьесберегающие технологии это...

- а) гимнастика при умственной и физической деятельности, комплексы упражнений адаптивной физической культуры;
- б) оздоровительная ходьба и бег;
- с) всё выше перечисленное.

4. Осанкой называется:

- а) силуэт человека
- в) привычная поза человека в вертикальном положении
- с) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие

3. Физическое совершенствование.

1. При беге на длинные дистанции по правилам соревнований применяется:

- а) низкий старт;
- в) высокий старт;
- с) вид старта по желанию бегуна.

2. Главной фазой в технике метания снарядов является:

- а) финальное усилие; в) замах; с) бросковые шаги.

3. С чего начинаются занятия оздоровительным бегом

- а) с низкого старта;
- в) с разминки;
- с) с тренировки выносливости.

4. Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок...

- а) «с разбега»
- в) «перешагиванием»
- с) «перекатом»

5. Какое утверждение является нарушением техники безопасности при игре в баскетбол

- а) надевать спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой;
- в) начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру следует только по команде капитана команды;
- с) избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

6. Укажите количество игроков баскетбольной команды, одновременно находящихся на площадке во время игры.

- а) 5; в) 6; с) 7

7. Игра в баскетбол продолжается:

- а) два периода по 10 мин. каждый;
- в) четыре периода по 10 мин. каждый;
- с) четыре периода по 15 мин. каждый

8. На какие основные стили подразделяются лыжные ходы

- а) бесшажный, одношажный, двухшажный;
- в) классический и свободный;
- с) по равнине, на подъеме и под уклон.

9. Самая существенная ошибка при торможении на лыжах «плугом» -

- а) кратковременное неравномерное давление на лыжи
- в) недостаточное разведение пяток лыж в стороны
- с) выдвижение носка одной лыжи несколько вперед

10. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости:

- а) тяжелая атлетика; в) гимнастика; с) современное пятиборье.

11. Утренняя гимнастика относится к ...

- а) образовательно-развивающей гимнастике;
- в) оздоровительной гимнастике;
- с) спортивной гимнастике.

12. Сочетания отдельных акробатических элементов и соединений в определенном целостном порядке называется:

- а) вольные упражнения; в) комбинация; с) специальные упражнения.

13. Как осуществляется переход игроков в волейболе из зоны в зону?

- а) произвольно; в) по часовой стрелке; с) по указанию тренера

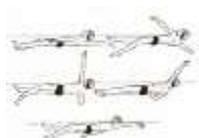
14. Если после разрешения судьи на подачу, подающий игрок подбросил мяч и не произвел по нему удар, то ...

- а) подача считается проигранной;
- в) подача повторяется этим же игроком;
- с) подача повторяется другим игроком этой же команды

15. С какого расстояния пробивается «пенальти» в футболе?

- а) 9 м
- в) 10 м
- с) 11 м

16. Назовите способ плавания, представленный на картинке



- а) плавание на боку с выносом руки
- в) баттерфляй на спине
- с) кроль на спине

7. Ключ для заданий 11 класса.

Элементы содержания	1. Физическая культура и здоровый образ жизни	2. Физкультурно-оздоровительная деятельность.	3. Физическое совершенствование.
№ задания - ответ	1-с 2-в 3-с 4-в 5-а 6-в 7-а	1-а 2-с 3-с 4-а	1-а 2-а 3-в 4-а 5-в 6-а 7-в 8-в 9-в 10-в 11-в 12-в 13-в 14-а 15-с 16-с

Таблица для внесения ответов обучающихся 11 класса.

Ф.И.О. обуч-ся _____

Класс _____

Дата _____

Элементы содержания	№ задания	ответ
1. Физическая культура и здоровый образ жизни	1.	
	2.	
	3.	
	4.	
	5.	
	6.	
	7.	
2. Физкультурно-оздоровительная деятельность.	1.	
	2.	
	3.	
	4.	
3. Физическое совершенствование.	1.	
	2.	
	3.	
	4.	
	5.	
	6.	
	7.	

	8.	
	9.	
	10.	
	11.	
	12.	
	13.	
	14.	
	15.	
	16.	

Протокол
промежуточной аттестации по физической культуре.
в ____классе за 20__ – 20__ учебный год

Фамилия, имя, отчество учителя: _____

Фамилия, имя, отчество ассистента: _____

На итоговую контрольную работу явились допущенные ____чел.

Не явились ____чел.

ФИО не явившегося

№ п\п	ФИО учащегося	Номер варианта задания (теста)	оценка
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

Особые мнения членов комиссии об оценке ответов отдельных учащихся

Дата проведения промежуточной аттестации _____

Дата внесения оценок _____

Учитель _____ / _____ /

Ассистент _____ / _____ /

Приложение 3

Показатели уровня физической подготовленности (УФП) обучающихся 11 класса.

Техника выполнения упражнений.

1. **Бег 6 мин** выполняется с высокого старта на беговой дорожке или ровной местности, на земляном или асфальтовом покрытии. Результат фиксируется с помощью секундомера и контрольной отметки метров, которые пробежал тестируемый.
2. **Поднимание туловища из положения «лежа на спине»** за 1 минуту. Исходное положение: лежа на спине, руки за головой, пальцы в замок, локти в сторону, ноги согнуты в коленях под углом 90 градусов, ступни закреплены. Каждый раз, возвращаясь в и.п., локтями обязательно касаться пола. Фиксируется количество.
3. **Прыжок в длину с места.** Выполняется на размеченной резиновой дорожке или другой нескользящей поверхности. Прыжок производится одновременным отталкиванием двумя ногами от стартовой линии с взмахом рук, приземление производится на обе ноги. Длина прыжка с трех попыток измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. В зачет идет лучший результат.
4. **Наклон вперед из положения «сидя».** Необходимо на полу обозначить центровую и перпендикулярную линии. Сидя на полу (без обуви), ступнями ног следует касаться центральной линии, ноги выпрямлены в коленях (сгибание ног в коленях не допускается), ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется 3 наклона вперед, на 4-ом фиксируется результат на перпендикулярной мерной линии при касании ее кончиками пальцев, при фиксации этого результата не менее 2-х секунд.
5. **Подтягивание на перекладине** (высокая - мальчики, низкая - девочки). Выполняется из виса, хват сверху. Сгибая руки в локтевом суставе, вис на согнутых руках. Подбородок над перекладиной. Возвращаясь в исходное положение, руки в локтевом суставе разгибаем полностью. Девушки выполняют подтягивание на низкой перекладине, высота которой 80-90 см. Угол между плечом и туловищем 90 градусов, ноги не закрепляются.
6. **Челночный бег 3 x 10 м.** За средней линией волейбольной площадки в прямоугольник размером 20 x 25 см. кладут брусок размером 5x5x10 см. Из положения «Высокого старта», по команде «Марш» учащийся бежит к бруску, поднимает его, подбегает к линии старта, кладет брусок за линию в прямоугольник размером 20 x 25 см, и бежит к линии финиша через стартовую линию. Брусок кладется строго в прямоугольник. Бросать брусок запрещается. Время фиксируется с точностью до 0,1 сек.

7. **Бег 30 м.** Выполняется на беговой дорожке или ровной местности, на земляном или асфальтовом покрытии (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень					
				Мальчики			Девочки		
				Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м, с	16	5,2 и ниже	5,1 – 4,8	4,4 и выше	6,1 и ниже	5,9 – 5,3	4,8 и выше
			17	5,1	5,0 – 4,7	4,3	6,1	5,9 – 5,3	4,8
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	16	8,2 и ниже	8,0 – 7,7	7,3 и выше	9,7 и ниже	9,3 – 8,7	8,4 и выше
			17	8,1	7,9 – 7,5	7,2	9,6	9,3 – 8,7	8,4
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	16	180 и ниже	195 – 210	230 и выше	160 и ниже	170 – 190	210 и выше
			17	190	205 – 220	240	160	170 – 190	210
4.	Выносливость	6-минутный бег, м	16	1100 и ниже	1300 – 1400	1500 и выше	900 и ниже	1050 – 1200	1300 и выше
			17	1100	1300 – 1400	1500	900	1050 – 1200	1300
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя, см	16	5 и ниже	9 – 12	15 и выше	7 и ниже	12 – 14	20 и выше
			17	5	9 – 12	15	7	12 – 14	20
6.	Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса,	16	4 и ниже	8 – 9	11 и выше	6 и ниже	13 – 15	18 и выше
			17	5	9 – 10	12	6	13 – 15	18

		кол-во р. (м) на низкой перекладине из виса лёжа, кол-во р. (д)							
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Критерии оценки при аттестации на уроках физической культуры обучающихся специальной медицинской группы.

При выставлении четвертной, полугодовой, годовой и итоговой отметки по физической культуре учитывается прилежание, усердие в работе над собой и выполнение всех рекомендаций учителя физической культуры.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А или Б), могут быть аттестованы по результатам выполнения письменных домашних заданий.

Обучающихся СМГ необходимо оценивать за успехи в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима.

При выставлении текущей отметки обучающимся необходимо соблюдать особый такт, быть максимально внимательным, не унижая достоинства ученика, использовать отметку таким образом, чтобы она способствовала его развитию, стимулировала его дальнейшие занятия физической культурой.

Отметка за четверть, полугодие выставляется с учетом теоретических занятий, а также с учетом старания и прилежания.

Положительная отметка должна быть выставлена также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками.

Так как в аттестаты об основном общем образовании и среднем (полном) общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре, то отметка выставляется учащимся в журналы за каждую четверть (полугодие), год.

Обучающиеся СМГ оцениваются на уроках физической культуры в зависимости от конкретных условий.

<i>5 (отлично)</i>	<i>4 (хорошо)</i>	<i>3 (удовлетворительно)</i>
<p>Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.</p> <p>Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.</p> <p>Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.</p> <p>Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре, для своего возраста.</p> <p>Выполняет все теоретические задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказания посильной помощи в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, а также овладел необходимыми теоретическими навыками и знаниями в области физической культуры.</p>	<p>Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.</p> <p>Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.</p> <p>Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.</p> <p>Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре, для своего возраста.</p> <p>Выполняет все теоретические задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказания посильной помощи в судействе или организации урока, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.</p>	<p>Имеет с собой спортивную форму в не полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.</p> <p>Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.</p> <p>Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических возможностях обучающегося, которые могут быть замечены учителем физической культуры.</p> <p>Продемонстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти, полугодия.</p> <p>Частично выполняет все теоретические задания учителя, частично овладел навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.</p>