

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Соленоозерная средняя школа №12

Согласовано

Зам. директора по УВР



Утверждаю

Директор школы

 Т. В. Бехер

Приказ 368 от 31.08.2018



**Рабочая программа
по физической культуре
4,5,7 классы
(адаптированная программа)
2018 – 2019 учебный год**

Составитель: Бородыня Ольга Владимировна,
учитель физической культуры и ОБЖ.

Рассмотрена на школьном
методическом объединении
учителей

Протокол 1 от 28.08.18

с. Соленоозерное
2018 год.

Пояснительная записка

Настоящая программа по физической культуре составлена на основании следующих нормативных документов:

1. Федеральный компонент государственного образовательного стандарта общего образования, утверждённый приказом Минобрнауки России от 05.03.2004 г № 1089 (с изменениями и дополнениями)
2. Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Минобрнауки РФ от 07.07.2005 № 03-1263 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана»
3. Образовательная программа школы, утверждённая приказом № 368 от 31.08.2018г.
4. Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов и дисциплин (модулей), утверждённое приказом № 73 от 26.08.2016г
5. Программа специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида 4, 5,7 классы

Целью обучения образовательной области «Физическая культура» в основной школе является формирование физической культуры личности школьника по средствам освоения основ содержания физкультурной деятельности с обще прикладной и спортивной - рекреационной направленностью. Слагаемыми физической культуры являются крепкое здоровье, хорошее физическое развитие., оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры.

Задачи учебной программы

- Укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию. Расширение двигательного опыта
- Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам. Совершенствование функциональных возможностей организма. Развитие двигательных способностей.
- Воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии
- Обучение основам знаний педагогики, психологии, физиологии, гигиены, профилактики травматизма, коррекции осанки.
- Формирование практических умений в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Место предмета «Физическая культура» в учебном плане

Предмет «Физическая культура» является предметом Федерального компонента учебного плана ОУ, на его преподавание отводится 70 часов в год, 2 часа в неделю. Продолжительность учебных недель 34 часа – в 4,5,7 классах, 2018 -2019 учебного года .

Характеристика класса

Рабочая программа по физической культуре для учащихся 4,5,7 классов ориентирована на обучающихся со средним уровнем физического развития, с высоким уровнем мотивации практически у всех детей (100%).

Класс общеобразовательного уровня , интеллектуального развития учащихся , позволяет освоить программу на базовом уровне.

Средний возраст учащихся 12, 13, 14 лет. Качество обучения составляет 100%, успеваемость –100%. В классе комплекте 4 обучающихся. 4 мальчика. С ослабленным здоровьем нет. Уровень физической подготовки учащихся средний.

При организации целостного образовательного процесса особое значение приобретают **межпредметные связи**: содержание физической культуры соотносится с содержанием таких предметов ОБЖ, биология. Физическая культура и ОБЖ

Региональный компонент на уроках используется фрагментарно, при изучении нового материала. В программу по физической культуре включены материалы этнокультурного компонента (ЭКК) – 10 % рабочего времени.

Учебная деятельность осуществляется при использовании УМК М.Я Виленского, В.В Лях «Физическая культура» 1-4 кл и 5-7 классы Москва «Просвещение». Учебники, используемые в данном классе, соответствуют Федеральному перечню учебников, рекомендованных МО и РФ к использованию в ОУ на 2017-2018 учебный год. (Приказ МО и РФ № 253 от 31.03.2014г)

Содержание программного материала

ОСНОВЫ ЗНАНИЙ

Что разрешено и не разрешено на уроках физкультуры. Что такое двигательный режим. Самоконтроль и его основные приемы.

Как вести себя в процессе игровой деятельности на уроке.

Правила безопасности при выполнении физических упражнений.

ГИМНАСТИКА

Строевые упражнения. Закрепление всех видов перестроений. Повороты на месте и в движении. Размыкание в движении на заданную дистанцию и интервал. Построение в две шеренги; размыкание, перестроение в четыре шеренги. Ходьба в различном темпе, направлениях. Повороты в движении направо, налево.

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ И КОРРИГИРУЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ БЕЗ ПРЕДМЕТОВ

Упражнения на осанку. Лазание по гимнастической стенке вверх, вниз, переходы с одного пролета на другой; стоя на рейке гимнастической стенки, взявшись руками за рейку на уровне груди. Ходьба приставными шагами по бревну боком с грузом на голове.

Дыхательные упражнения. Регулировка дыхания после длительных пробежек, при игре в баскетбол, футбол. Обучение правильному дыханию при передвижении на лыжах.

Упражнения в расслаблении мышц. Приемы саморасслабления напряженных мышц ног после скоростно-силовых нагрузок. Расслабление в положении лежа на спине с последовательными движениями, расслабленными конечностями.

Основные положения движения головы, конечностей, туловища. Сочетание наклонов, поворотов, вращений головы с наклонами, поворотами и вращениями туловища на месте и в движении. Соединение различных исходных положений и движений руками, ногами, туловищем в несложных комбинациях. Наклоны туловища с подбрасыванием и ловлей предметов.

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ И КОРРИГИРУЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ С ПРЕДМЕТАМИ, НА СНАРЯДАХ

С гимнастическими палками. Из исходного положения — палка вертикально перед собой — выполнять хлопки, приседания и другие движения с выпуском палки и захватом ее до падения. Подбрасывание и ловля палки с переворачиванием.

Со скакалками. Выполнение упражнений со скакалкой в различных плоскостях. Круговые движения со скакалкой (скакалка сложена вдвое). Прыжки с продвижением вперед-назад, скакалка над головой.

С набивными мячами. Подскоки на месте с мячом, зажатым голенями, ступнями; сочетание различных движений рук с мячом, с движениями ног и туловища. Катание набивного мяча ногой с продвижением прыжками на другой. Подбрасывание мяча одной рукой вверх толчком от плеча и ловля руками. Броски мяча двумя руками друг другу (снизу, от груди, из-за головы).

Упражнения на гимнастической скамейке. Ходьба и бег по гимнастической скамейке с преодолением невысоких препятствий.

Упражнения на гимнастической стенке. Взмахи ногой (правой, левой) в сторону, стоя лицом к стенке и держась руками за нее обеими руками. Приседание на одной ноге (другая нога поднята вперед), держась рукой за решетку.

Акробатические упражнения (элементы, связки). Кувырок назад из положения сидя (мальчики); стойка на голове с согнутыми ногами (дети с гидроцефалией к выполнению не допускаются) — мальчики. Поворот направо и налево из положения "мост" (девочки).

Простые и смешанные висы и упоры. Девочки: из упора на нижней жерди опускание вперед в вис присев.

Переноска груза и передача предметов. Передача набивного мяча в колонне между ног. Переноска нескольких снарядов по группам (на время). Техника безопасности при переноске снарядов.

Танцевальные упражнения. Простейшие сочетания музыкальных танцевальных шагов. Ритмический танец.

Лазание и перелезание. Лазание на скорость различными способами по гимнастической стенке вверх-вниз и канату. Лазание в висе на руках и ногах по скамейке. Подтягивание в висе на гимнастической стенке после передвижения вправо-влево.

Равновесие. Вскок в упор присев на скамейку (с помощью) с сохранением равновесия. Сед, сед ноги врозь, сед углом с различными положениями рук. Быстрое передвижение по бревну шагом и бегом с последующим соскоком (высота 90-100 см). Полушпагат с различными положениями рук. Ходьба по гимнастической скамейке с доставанием с пола мячей, булав, гимнастических палок, обручей, сохраняя равновесие. Простейшие комбинации для девочек (высота бревна 80-100 см). Выполнить комбинацию: вскок в упор присев на левую (правую) ногу, другая в сторону на носок — поворот налево (направо) — полушпагат — встать на левую (правую) ногу, другую назад на носок, руки в стороны — два шага "галопа" с левой — два шага "галопа" с правой — прыжком упор присев, руки вниз — поворот налево (направо) в приседе — встать, руки на пояс - два приставных шага влево (вправо) - полуприсед, руки назад ("старт пловца") и соскок прогнувшись.

Опорный прыжок. Совершенствование опорного прыжка ноги врозь через козла в длину и ширину для девочек и для мальчиков (слабых) с прямым приземлением и с поворотом направо, налево при приземлении (сильным). Прыжок ноги врозь через козла в длину с поворотом на 90° (девочки). Прыжок согнув ноги через козла в длину с поворотом на 90° (мальчики). Преодоление полосы препятствий для мальчиков: опорный прыжок ноги врозь через козла. Для девочек опорный прыжок ноги врозь через козла,

Развитие координационных способностей, ориентировка в пространстве, быстрота реакций, дифференциация силовых, пространственных и временных параметров движений Построение в

две колонны с соблюдением заданного интервала и дистанции. Фигурная маршировка до различных ориентиров и между ними. Прохождение определенного расстояния шагами и воспроизведение его бегом за такое же количество шагов. Выполнение исходных положений: упор присев, упор лежа, упор стоя на коленях, упор сидя сзади без контроля зрения по словесной инструкции. Передвижение в колонне прыжками с соблюдением определенной дистанции. Прыжки в длину с разбега на заданное расстояние без предварительной отметки. Лазанье по канату на заданную высоту. Метание в цель чередованием резко контрастных по весу мячей. Выполнение ходьбы, бега, обще-развивающих упражнений с командами о начале и конце работы (от 5 до 30 с). Эстафета по 2—3 команды. Передача мяча в колонне различными способами. Сообщить время выполнения. Вновь выполнить передачу мяча за 10,15,20 с.

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам учащихся

Знать: что такое фигурная маршировка; требования к строевому шагу; как перенести одного ученика двумя различными способами; фазы опорного прыжка.

Уметь: соблюдать интервал и дистанцию при выполнении упражнений в ходьбе; выполнять движения и воспроизводить их с заданной амплитудой без контроля зрения; изменять направление движения по команде; выполнять опорный прыжок способом "согнув ноги" и "ноги врозь" с усложнениями (выше снаряд, дальше мостик от снаряда); выполнять простейшие комбинации на бревне; проводить анализ выполненного движения учащихся.

ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

Ходьба. Ходьба на скорость (до 15—20 мин). Прохождение на скорость отрезков от 50-100 м. Ходьба группами наперегонки. Ходьба по пересеченной местности до 1,5—2 км. Ходьба по залу со сменой видов ходьбы, в различном темпе с остановками на обозначенных участках.

Бег. Бег в медленном темпе до 8—12 мин. Бег на 100 м с различного старта. Бег с ускорением; бег на 60 м — 4 раза за урок; бег на 100 м — 2 раза за урок. Кроссовый бег на 500-1000 м по пересеченной местности. Эстафета 4 по 100 м. Бег 100 м с преодолением 5 препятствий.

Прыжки. Выпрыгивания и спрыгивания с препятствия (маты) высотой до 1 м. Выпрыгивания вверх из низкого приседа с набивным мячом. Прыжки на одной ноге через препятствия (набивной мяч, полосы) с усложнениями. Прыжки со скакалкой на месте и с передвижением в максимальном темпе (по 10—15 с). Прыжок в длину способом "согнув ноги"; подбор индивидуального разбега. Тройной прыжок с места и с небольшого разбега: основа прыжка (мальчики). Прыжок с разбега способом "перешагивание": подбор индивидуального разбега. Прыжок в высоту с разбега способом "перекат" или "перекидной": схема техники прыжка.

Метание. Броски набивного мяча весом 3 кг двумя руками снизу, из-за головы, от груди, через голову на результат. Метание в цель. Метание малого мяча на дальность с полного разбега в коридор 10 м. Метание нескольких малых мячей в различные цели из различных исходных положений и за определенное время. Толкание набивного мяча весом до 2—3 кг со скачка в сектор.

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам

Знать: простейшие правила судейства по бегу, прыжкам, метанию; правила передачи эстафетной палочки в эстафетах; как измерять давление, пульс.

Уметь: бежать с переменной скоростью в течение 6 мин, в различном темпе; выполнять прыжки в длину, высоту, метать, толкать набивной мяч.

СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Волейбол: Техника приема и передачи мяча и подачи. Наказания при нарушениях правил игры. Прием и передача мяча сверху и снизу в парах после перемещений. Верхняя прямая передача в прыжке. Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар через сетку (ознакомление). Блок

(ознакомление). Прыжки вверх с места и с шага, прыжки у сетки (3—5 серий по 5—10 прыжков в серии за урок). Многоскоки. Упражнения с набивными мячами. Верхняя передача мяча после перемещения вперед, вправо, влево. Передача мяча в зонах 6—3-4 (2), 5-3-4 через сетки, 1—2—3 через сетку; то же, но после приема мяча с подачи. Подачи нижняя и верхняя прямые.

Основные требования к знаниям, умениям, навыкам

Знать: каким наказаниям подвергаются игроки при нарушении правил, правила игры в волейбол.

Уметь: принимать и передавать мяч сверху, снизу в парах после перемещений.

Баскетбол: Правильное ведение мяча с передачей, бросок в кольцо. Ловля мяча двумя руками с последующим ведением и остановкой. Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед. Ведение мяча с обводкой препятствий. Броски мяча по корзине в движении снизу, от груди. Подбирание отскочившего мяча от щита. Учебная игра по упрощенным правилам. Ускорение 15-20 м (4-6 раз). Упражнения с набивными мячами (2—3 кг). Выпрыгивание вверх с доставанием предмета. Прыжки со скакалкой до 2 мин. Бросок мяча одной рукой с близкого расстояния после ловли мяча в движении. Броски в корзину с разных позиций и расстояния.

Основные требования к знаниям, умениям, навыкам

Знать: как правильно выполнять штрафные броски.

Уметь: выполнять ловлю и передачу мяча в парах в движении шагом. Ведение мяча в беге. Выполнение бросков в движении и на месте с различных положений и расстояния.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Коррекционные. "Регулировщик" "Снайпер"; "Словесная карусель"; "Прислушайся к сигналу" "Обманчивые движения".

С элементами общеразвивающих упражнений, лазанием, перелезанием, акробатикой, равновесием. "Запрещенные движения"; "Ориентир" "Птицы"; "Вызов победителя".

С бегом на скорость. "Сбор картошки"; "Ловкие, смелые, выносливые"; "Точно в руки"; Эстафеты.

С прыжками в высоту, длину. "Дотянись до веревочки"; "Сигнал"; "Сбей предмет".

С метанием мяча на дальность и в цель. "Попади в окошко"; "Символ"; "Снайпер".

С элементами пионербола и волейбола. "Ловкая подача"; "Пассовка волейболистов"; Эстафеты волейболистов.

С элементами баскетбола. «Поймай мяч», «Мяч капитану», «Кто больше и точнее».

С элементами плавания (на воде). «Водолазы», «Установить ориентир», «Сигнал спасать», «Салки в воде с предметами».

Игры на снегу, льду. «Пятнашки», «Рыбаки и рыбки», «Султанчики», «Взаимная ловля».

Требования к уровню подготовки учащихся

По окончании основной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

Демонстрировать

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, с.	9,2	
Силовые	Прыжок в длину с места, см	180	
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	12	
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	–	
К выносливости	Бег 1000 - 2000 м, мин	8,50	
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с.	10,0	
	Броски малого мяча в стандартную мишень, м	12,0	

Учебно - тематическое планирование

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)	
		Класс	
		4,5,7	
1	Базовая часть		
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока	
1.2	Спортивные игры (волейбол)	18	
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	12	
1.4	Легкая атлетика	20	
2	Вариативная часть		
2.1	Баскетбол	18	
	Итого	68	

Контрольно-измерительные материалы

№ п/п	Тема
1	Л\а. – бег 30 м. подтягивание, челночный бег 3 по 10, прыжки с места. Метание на дальность, точность
2	Г\ка. – прыжки со скакалкой 30 сек, лазание по канату, пять кувырков слитно на время.
3	К\п. – кросс 1-2 км
4	В\л. – верхняя и нижняя передача
5	Б\л. – бросок мяча в корзину

Календарно-тематическое планирование класс комплект КАП

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения урока		Форма контроля
			План	факт	
1	Инструктаж по правилам Т.Б. на уроках легкой атлетики, кроссу	1	4.09		текущий
2	Ходьба с преодолением препятствий	1	5,09		
3	Переход с ускоренной ходьбы на медленную. Эстафетный бег на отрезках 30 – 50м с передачей эстафетной палочки.	1	11,09		контроль
4	Бег на 60м с низкого старта.	1	12,09		контроль
5	Медленный бег с равномерной скоростью до 10 мин.	1	18.09		
6	Метание малого мяча на дальность отскока мяча от стены и пола.	1	19.09		контроль
7	Повторный бег и бег с ускорением на отрезках до 60м.	1	25.09		контроль
8	Кроссовый бег 500 - 1000м	1	26.09		контроль
9	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	2.10		контроль
10	Метание малого мяча в вертикальную цель ширенной 2м	1	3.10		контроль
11	Инструктаж по правилам Т.Б. на уроках баскетбола	1	9.10		
12	Ведение мяча одной рукой на месте и в движении	1	10.10		контроль
13	Остановка шагом	1	16.10		контроль
14	Передача мяча двумя руками от груди	1	17.10		контроль
15	Ловля мяча двумя руками на месте на уровне	1	23.10		контроль

	груди				
16	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	24.10	16ч	
17	Броски мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места	1	6.11		
18			7.11		
19	Бег – ловля мяча – остановка шагом – передача двумя руками от груди	1	13.11		контроль
20	Бег – ловля мяча – остановка шагом – передача двумя руками от груди	1	14.11		
21	Броски мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места	1	20.11		
22	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	21.11		
23	Остановка прыжком	1	27.11		контроль
24	Передача мяча двумя руками из за головы	1	28.11		
25	Ведение мяча одной рукой на месте и в движении	1	4.12		
26	Ловля мяча двумя руками на месте на уровне груди	1	5.12		контроль
27	Бег – ловля мяча – остановка шагом – передача двумя руками от груди	1	11.12		контроль
28	Двухсторонняя игра в баскетбол, соревновательная	1	12.12		контроль
29	Инструктаж по правилам Т.Б. на уроках гимнастики Лазание по гимнастической стенке с попеременной перестановкой ног и одновременным перехватом руками.	1	18.12		
30	Лазание по гимнастической стенке с предметом в руке. Ходьба по бревну с поворотами на лево, направо с различными движениями рук, с хлопками под ногой	1	19.12		контроль
31	Перестроение из одной шеренги в две Подбрасывание и ловля обруча. Бег на месте с	1	25.12		контроль

	высоким подниманием коленей и вращением скакалки вперед.				
32	Размыкание в право, влево, от середины приставными шагами на интервал руки в стороны . Перекатывание мяча на дальность стоя и сидя.	1	26.12		
33	Подбрасывание гимнастической палки и ловля ее после хлопка двумя руками.	1	9.01		
34 35	«Шпагат « с опорой руками о пол Прыжки через козла, коня	2	15.01 16.01		контроль
36	Взмахи ногой вперед, назад, в сторону, стоя боком к стене и держась за рейку одной рукой.	1	22.01		
37	Прыжок ноги врозь через козла с поворотом на 90*.	1	23.01		контроль
38	Расхождение вдвоем при встрече. Переноска гимнастического козла	1	29.01		
39 40	Два последовательных кувырка вперед, назад	2	30.01 5.02		контроль
41	Инструктаж по правилам Т.Б. на занятия по пионерболу , волейболу. Развивающие игры с мячом	1	6.02		
42	Стойки и перемещения волейболистов	1	12.02		
43 44 45	Передачи мяча сверху двумя руками над собой	3	13.02 19.02 20.02		контроль
46 47 48	Передачи мяча в парах сверху двумя руками и над собой	3	26.02 27.02 5.03		контроль
49 50 51	Подачи, нижняя прямая, боковая	3	6.03 12.03 13.03		контроль
52 53 54	Передачи мяча в парах снизу двумя руками	3	19.03 20.03 2.04		контроль
55	Игра «Мяч в воздухе».	1	3.04		
56 57	Приём мяча от сетки	2	9.04 10.04		контроль

58	Двухсторонняя игра, соревновательная	1	16.04		
59	Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание». Эстафетный бег (100м) по кругу	1	17.04		контроль
60 61	Метание малого мяча на дальность способом из – за головы через плечо, граната	2	23.04 24.04		контроль
62	Метание малого мяча из различных исходных положений с разбега	1	30.04		контроль
63	Бег с ускорением на отрезке 30м тест	1	7.05		контроль
64	Тест – прыжки в длину с места	1	8.05		контроль
65	Тест – челночный бег 3*10 м	1	14.05		контроль
66	6 мин. Бег на выносливость	1	15.05		контроль
67	Тест – подтягивание на перекладине Кроссовый бег 1000 м	1	21.05		контроль
68	День здоровья	1	22.05		
69 70	Игры по желанию обучающихся	2	28.05 29.05		

Критерии оценивания различных видов работ

Выставление оценок в классный журнал (по 5- балльной системе) – практический курс осуществляется следующим образом:

«5» - упражнение выполнено правильно, легко, уверенно, в нужном ритме;

«4» - упражнение выполнено правильно, свободно, но при этом допущено две незначительных ошибки, например, небольшое нарушение ритма движения, смелости;

«3» - упражнение выполнено, в основном правильно, но с одной значительной или с тремя незначительными ошибками, т.е. недостаточно четко и ритмично, с отдельными отклонениями в направлении амплитуды и других характерных движения – скорости, силы или наблюдается заметная скованность движения;

«2» - упражнение выполнено не правильно, с нарушением схемы движения, с двумя-тремя значительными ошибками, с пропуском отдельных элементов.

Кроме оценок за физическую подготовленность учитель ставит оценки за освоение знания и двигательных умений (их объем определен образовательным стандартом). Критерии оценки может определять сам педагог, не вступая в противоречие с образовательным стандартом.

Итоговые оценки

Оценка за четверть и полугодие выводится на основании текущих.

Итоговая оценка за год выставляется на основании четвертных и зачета (экзамена) по физической культуре (для выпускных классов) и за счет прироста в тестировании.

Основные критерии выставления оценок по теоретическому курсу

«5» - ставится если:

- полно, осознано и правильно раскрыто содержание материала в объеме программы и учебника;
- есть самостоятельность и уверенность суждений, использованы ранее приобретенные знания (как на уроках ОБЖ, так и на уроках по другим предметам), а так же знания из личного опыта и опыта других людей;
- рассказ построен логически последовательно грамотно с использованием обще научных приемов (анализа, сравнения, обобщение и выводов);
- четко и правильно даны определения и раскрыто содержание понятий, верно, использованы научные термины.

«4» - выставлена тогда когда:

- раскрыто основное содержание материала, ответ самостоятелен и построен достаточно уверенно и грамотно в речевом отношении;
- в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины;
- определение понятий не полное, допускаются не значительные нарушения последовательность, искажение, 1-2 не точности в ответе при использовании научных терминов.

«3» - ставится если:

- усвоено основное содержание учебного материала, но изложено фрагментарно, не всегда последовательно;
- определения понятий не достаточно четкие;
- не используются в качестве доказательства выводы и обобщения или допускаются ошибки при их изложении, неумело применяются полученные знания в жизненных ситуациях, но могут быть устранены с помощью учителя;
- допускаются ошибки и нет точности в использовании научной терминологии и определении понятий

«2» - получает тот кто:

- не раскрыл основное содержание учебного материала;
- не дал ответы на вспомогательные вопросы учителя;
- при проверке выполнения Д.З. не ответив не на один из вопросов;
- допускаются грубые ошибки в определении понятий и использовании терминологии.

Ведущая технология, ее цели и задачи, ожидаемые результаты здоровьесберегающая

Основные методы (продуктивные и репродуктивные и т.д.) работы на уроке:

- словесный;
- демонстрации;
- разучивания упражнений;
- совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств;
- игровой и соревновательный.

Формы организации деятельности учащихся урок.

Информационно-методическое обеспечение

Для обучающихся:

1.Лях В. И. Мой друг- физкультура: учеб. Для учащихся1-4 , 5 -7 кл. осн. шк. –М.: Просвещение, 2007.- 190 с.

2.Родиченко В. С. Твой олимпийский учебник: Учеб. Пособие для учреждений образования России- М.: Физкультура и спорт, 2004.-144 с.

Для учителя:.

3.Янов В.В., Кравченко С.В. Детское легкоатлетическое многоборье: учебно-методическое пособие; Краснояр. Гос. Пед. ун-т им. В.П. Астафьева- Красноярск, 2008.- 216 с.

4. Балясников В.Г. М54 Методика обучения классическим лыжным ходам и переходам: методические рекомендации; Краснояр. Гос. Пед. ун-т им. В.П. Астафьева- Красноярск,2006- 22 с .

5.Кузнецов В.С. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами: Метод. Пособие. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2006.- 136 с.