

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 263
с углублённым изучением английского языка
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

**«Принято»
Решение педсовета № 1
от 29 августа 2019 г.**

**«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ № 263
А.В.Рыдлевский
Приказ № 061 от 29.08.2019 г.**



ПОЛОЖЕНИЕ

**об оценивании достижений
учащихся на занятиях по физической культуре**

ГБОУ СОШ № 263

с углублённым изучением английского языка

Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

**Санкт-Петербург
2019/2020 уч.год**

1. Общие положения.

1.1. Физическая культура является предметом Учебного плана школы, на который отводится 3 часа в неделю (102 часа в год). С 2011 года итоговая отметка по физической культуре выставляется в аттестаты об основном общем образовании и среднем (полном) общем образовании. Освоение программы по предмету «Физическая культура» обязательно для всех обучающихся.

1.2. Настоящее Положение разработано в связи с необходимостью осуществления дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры и объективной оценке достижений обучающихся с учётом их состояния здоровья и распределения на три группы: основную, подготовительную и специальную медицинскую.

1.3. Настоящее Положение разработано в соответствии со следующими нормативными и правовыми актами:

- ✓ *Законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании», с изменениями;*
- ✓ *Федеральным Законом Российской Федерации от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;*
- ✓ *Письмо Минобрнауки России от 30.05.2012 г. № МД- 583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья»*
- ✓ *Письмом Министерства образования Российской Федерации от 31.10. 2003 г. №13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;*
- ✓ *Приказом Министерства образования и Науки от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;*

2. Общие вопросы организации занятий по физической культуре

2.1. Посещение уроков физической культуры обязательно для всех обучающихся.

2.2. Организация занятий осуществляется с учётом медицинских показаний обучающихся, распределением их на группы здоровья.

2.3. Деление обучающихся на три группы здоровья осуществляется согласно медицинским показаниям:

- ✓ к основной медицинской группе относятся обучающиеся, имеющие удовлетворительное состояние здоровья.
- ✓ к подготовительной медицинской группе относятся обучающиеся с недостаточным физическим развитием и низкой физической подготовленностью или имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья относятся; этой категории обучающихся разрешается заниматься физической культурой по программе для

основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок (в том числе временных);

- ✓ к специальной медицинской группе (СМГ) относятся обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы (10 - 15% от общей численности учащихся), Специальную медицинскую группу разделяют на две подгруппы: подгруппу "А" (обучающиеся с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий могут быть переведены в подготовительную группу) подгруппу "Б" (обучающиеся с патологическими отклонениями, т.е. необратимыми заболеваниями).

2.4. От занятий физической культурой освобождаются учащиеся предоставившие соответствующие документы. Родители (законные представители ребёнка) должны своевременно ставить в известность медицинского работника школы и учителя физкультуры о состоянии здоровья своего ребёнка. Медицинские справки об освобождении от занятий физкультурой на учебный год, а также рекомендации врачей (ЛФК, спецгруппа) предоставляются ими в медицинский кабинет школы **до 15 сентября текущего учебного года.**

2.5. К урокам физической культуры допускаются обучающиеся, имеющие с собой спортивную форму в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока, согласно требованиям техники безопасности и охраны труда.

2.6. К спортивной форме для занятий на уроках физической культуры в ГБОУ СОШ № 263 предъявляются следующие требования, принятые на МО учителей физкультуры::

- ✓ для зала - красная майка, тёмного цвета спортивные трусы или шорты, носки, кеды (кроссовки);
- ✓ для улицы - спортивный костюм, майка, носки, кеды (кроссовки).
- ✓ для лыжной подготовки - лыжный костюм или куртка и теплые спортивные штаны, теплое нижнее бельё, шапочка и перчатки или рукавицы.

2.7. О требованиях к форме для занятий физкультурой на следующий учебный год учитель ставит в известность родителей на последней родительском собрании (май), и дублирует эту информацию в начале учебного года (сентябрь).

2.8. При пропуске уроков физической культуры обучающийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который передаётся классному руководителю. Записка от родителей не является официальным документом и не является основанием для пропуска занятий по состоянию здоровья.

2.9. Медицинский работник (во время его отсутствия классный руководитель) отмечает даты освобождения в дневнике обучающегося.

2.10. Обучающийся, освобождённый от физических нагрузок, должен находиться в помещении спортивного зала или на улице под присмотром учителя физической культуры. Учитель определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий

обучающемуся на предстоящий урок (возможно, так же теоретическое изучение материала, оказание посильной помощи в судействе или организации урока).

2.11. От занятий физкультуры (частично) могут быть освобождены обучающиеся, профессионально занимающиеся спортом (в спортивных школах, секциях, кружках), заранее предоставившие официальный документ от руководителя секции, клуба, спортивной школы с подтверждением об участии обучающегося в соревнованиях, эстафетах и т.п. и заявление от родителей (официальных представителей). На основании этих документов директор школы издаёт приказ об освобождении обучающегося от занятий физической культуры. При этом сдача всех нормативов и теоретических знаний для обучающегося остаётся обязательной.

Наличие медицинского заключения, освобождающего обучающегося от выполнения физической нагрузки на уроках физической культуры по состоянию здоровья на весь учебный период или его часть, не освобождает обучающегося от выполнения теоретической части программы по данному предмету и получения итоговой отметки.

3. Оценивание учащихся на уроках физической культуры.

3.1. **Текущее оценивание** всех обучающихся 5-11 классов осуществляется по **5-балльной системе.**

3.2. **Оценка успеваемости** включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, знания и умения осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение спортивных нормативов (стандарт). При оценивании в большей мере учитывать не столько высокий исходный уровень (что само по себе свидетельствует чаще всего о хороших природных задатках), сколько индивидуальные темпы продвижения обучающегося в развитии своих двигательных способностей, поощрять его стремление к самосовершенствованию, к углублению знаний и ведению здорового образа жизни.

3.3. **При оценивании обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной группе,** учитываются некоторые ограничения в объеме и интенсивности физических нагрузок. Дети с подготовительной группой здоровья освобождены от сдачи определенных нормативов (по показаниям), участия в соревнованиях и занимаются физкультурой со сниженной нагрузкой. Если врачом указано освобождение от двигательных действий: 1) учитель может заменить их на другие физические упражнения, развивающие те же двигательные качества; 2) учитель может дать теоретическое задание на период прохождения учебного материала, по которому у учащегося имеется освобождение.

3.4. Основной акцент в оценивании учебных достижений обучающихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья (специальная группа). Дети, имеющие специальную группу здоровья и ЛФК, занимаются лечебной физкультурой только в поликлинике.

3.5. **Итоговая оценка выставляется** обучающимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие оценки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Количество текущих оценок для выставления итоговой оценки – не менее 3 в четверти, и не менее 6 отметки за полугодие.

3.6. Критерии оценивания, обучающегося на уроках физической культуры.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

3.6.1. При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются следующие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

3.6.2. С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За ответ, в котором:	За тот же ответ, если:	За ответ, в котором:	За непонимание и:
Учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.	В нём содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.	Отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.	Не знание материала программы.

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

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За выполнение, в котором:	За тоже выполнение, если:	За выполнение, в котором:	За выполнение, в котором:
Движение или отдельные его элементы выполнены	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае,	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но	Движение или отдельные его элементы выполнены

<p>правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, чётко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.</p>	<p>но допустил не более двух незначительных ошибок.</p>	<p>допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.</p>	<p>неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.</p>
--	---	---	--

3.6.4. Для оценивания владения способами и умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
<p>Учащийся умеет: - самостоятельно организовать место занятий; -подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.</p>	<p>Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги.</p>	<p>Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.</p>	<p>Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.</p>

3.6.5. Оценивания уровня 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.

3.6.6. 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.

3.6.7. Учащийся оценивается на уроках физической культуры - 2 (неудовлетворительно) в зависимости от следующих конкретных условий:

- ✓ учащийся не имеет с собой спортивной формы в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока. (Неоднократное (два и более) отсутствие спортивной формы расценивается как неготовность к уроку без уважительной причины);
- ✓ учащийся не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры;
- ✓ учащийся, не имеющий выраженных отклонений в состоянии здоровья, при этом не имеющий стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их, нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем;
- ✓ учащийся не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений в развитии физических или морально-волевых качеств;
- ✓ учащийся не выполняет теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

3.6.8. Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры - 3 (удовлетворительно) в зависимости от следующих конкретных условий:

- ✓ Учащийся имеет с собой спортивную форму в неполном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
- ✓ Учащийся выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на улице.
- ✓ Учащийся соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений на занятии.
- ✓ 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.
- ✓ Учащийся продемонстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений в развитии физических или морально-волевых качеств в течение полугодия.
- ✓ Учащийся частично выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

3.6.9. Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры – 4 (хорошо) в зависимости от следующих конкретных условий:

- ✓ Учащийся имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
- ✓ Учащийся выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на улице.
- ✓ Учащийся соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений на занятии.

- ✓ Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, *при этом* мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.
- ✓ Учащийся 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.
- ✓ Учащийся выполняет все теоретические или иные 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.

3.6.10. Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры – 5 (отлично) в зависимости от следующих конкретных условий:

- ✓ Учащийся имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
- ✓ Учащийся выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на улице.
- ✓ Учащийся соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
- ✓ 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.
- ✓ Учащийся постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия.
- ✓ Учащийся успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре для своего возраста.
- ✓ Учащийся выполняет все теоретические или иные 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 необходимыми навыками и теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.
- ✓ Учащийся, который принимает активное участие в школьных, районных, городских соревнованиях за школу имеет право на дополнительное оценивание его результатов учебной деятельности.

4. Оценивание обучающихся, освобожденных от занятий по физической культуре по болезни или после неё.

Учащиеся, временно освобожденные по болезни или после нее, осваивают теоретическую часть программы по физической культуре по учебнику, находящемуся на балансе школы.

Учащемуся выдается задание для работы с учебником в читальном зале, где ученик готовится к письменному ответу по параграфу.

Учитель даёт задание ученику, исходя из РП, материалов учебника и с учётом индивидуального подхода.

5. Оценивание обучающихся по физической культуре освобожденных на длительный период.

С 2011 года все учащиеся, освобождённые по состоянию здоровья от уроков физкультуры, **обязаны** иметь аттестацию по этому предмету в каждой четверти (полугодии) и в году.

Наличие медицинского заключения, освобождающего обучающегося от выполнения физической нагрузки на уроках физической культуры по состоянию здоровья на весь учебный период или его часть, не освобождает обучающегося от выполнения теоретической части программы по данному предмету и получения итоговой отметки.

5.1. Оценивание данной категории детей осуществляется на основе знаний теоретического материала как обязательной составляющей выполнения учебной программы по предмету, которое ученик может продемонстрировать, выполняя следующие виды деятельности:

- ✓ Письменный опрос по теории по заданным темам;
- ✓ Защита проекта;
- ✓ Решение тестовых заданий;
- ✓ Выполнение творческих заданий (составление кроссвордов, викторин, выпуск газет; подготовка презентаций и пр.)

5.1.1. Письменный опрос по теории на основе предварительной подготовки по темам

- ✓ Учитель предлагает учащемуся список тем, которые прошли процедуру рассмотрения на МО, устанавливает сроки выполнения и сдачи каждой работы, согласую их с учащимся;
- ✓ Учитель доводит до сведения родителей (законных представителей ребёнка) информацию о темах и сроках подготовки теоретического материала, о конкретной дате и времени сдачи теоретического материала через электронный дневник, запись в бумажном дневнике, через официальное оповещение.
- ✓ В дневнике учащегося специальной датой делается запись о результатах сдачи зачёта.
- ✓ *Задание, не сданное в назначенное время, без уважительной причины, оценивается отметкой «2» (неуд.). Учащемуся назначается дополнительное время для сдачи*

неотработанного материала. В мае учащиеся должны выполнить итоговую работу за весь учебный год.

5.1.2. Оценивание данной категории учащихся может проводиться также за выполнение следующих видов работ:

- ✓ составление и выполнение комплекса утренней зарядки (5-11 классы)
- ✓ помощь учителям в подготовке соревнований и судейства школьных соревнований (8-11 классы)
- ✓ оформление стенгазет на заданные темы (5-11 классы)
- ✓ составление кроссвордов по спортивной тематике (5-7 классы)
- ✓ подготовка сообщения на заданную тему (5-6 кл)
- ✓ написание тестов по разделам программы (10-11 класс)
- ✓ презентация (7-11 класс)

5.1.3. Требования к выполнению заданий.

Вид задания		Требования к выполнению и оценивание задания
1	Комплекс ОРУ (общеразвивающих упражнений)	Составляется в письменном или печатном виде, соответствие программе, соблюдение терминологии, 10-12 упражнений
2	Стенгазета	Формат работы не менее листа А3, информативность, красочность, яркость
3	Кроссворд	5 класс -10 слов, 6 класс-12 слов, 7 класс -14 слов, 8 класс – 16 слов, 9-11 класс – 20 слов. Формат листа А4, письменно или печатно, ответы на отдельном листе.
4	Сообщение	Выполняется письменно или печатно на листе формата А4, объем 1-2 листа. Устная защита.
6	Презентация	Не менее 10 слайдов, первый слайд (титульный) и последний (заключительный) входят в общее количество слайдов.

Все задания оцениваются по 5-бальной системе:

Оценка «5» - задание выполнено с выполнением всех требований, учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает

Оценка «4» - задание выполнено с выполнением всех требований, но в нём содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценка «3» - задание выполнено в несоответствии с предъявленными требованиями.

Оценка «2» - задание не выполнено в повторно установленные сроки.

5.1.4. В качестве итоговой работы для данной категории учащихся может быть зачтена проектная работа. Работа выполняется и оценивается согласно «Положение об организации проектно-исследовательской деятельности ГБОУ СОШ № 263».

5.1.5. Учитель имеет право привлечь учащегося, освобождённого от физической нагрузки, к подготовке соревнований и к судейству (8-11 классы), в качестве помощника учителю при проведении зачетных уроков (5-11 класс). На усмотрение учителя такой вид спортивной деятельности также может оцениваться, но не ниже отметки «хорошо».

6. Примерный перечень тем для подготовки к итоговой работе.

Перечень тем, которые необходимы для аттестации освобожденных учащихся от практических занятий по физической культуре. В настоящем материале представлен широкий и разнообразный выбор тем, которые раскрывают основные вопросы по физической культуре для учащихся средней общеобразовательной школы. В перечень включены темы, которые всесторонне раскрывают вопросы основ физической культуры и здорового образа жизни, физкультурно-оздоровительной деятельности. Для выполнения работы можно пользоваться интернет источниками или учебниками, указанными в 6 пункте.

5 класс

1. Правила по технике безопасности во время урока по бегу.
2. История зарождения древних Олимпийских игр
3. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на короткие дистанции.
4. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на длинные дистанции.
5. Правила по технике безопасности во время урока по метанию.
6. Правила по технике безопасности во время урока по подвижным играм.
7. Правила по технике безопасности во время урока по баскетболу.
8. Правила по технике безопасности во время урока по волейболу.
9. Правила по технике безопасности во время урока по гимнастике.
10. Лёгкая атлетика. Классификация видов.
11. История возникновения игры в баскетбол
12. Основные правила игры в баскетбол.
13. Основные приёмы владения мячом (волейбол, баскетбол)
14. История возникновения игры волейбол.
15. Основные правила игры в волейбол.
16. Здоровый образ жизни. Его значение для здоровья.
17. Первая помощь при ушибах и ссадинах.
18. Закаливание организма (солнечные и воздушные ванны)
19. Виды ран. Их причины.
20. Оказание первой помощи при ранах
21. Характеристика кровотечения.
22. Оказание помощи при кровотечениях.

6 класс

1. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на короткие дистанции.
2. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на длинные дистанции.
3. Правила по технике безопасности во время урока по метанию.
4. Правила по технике безопасности во время урока по подвижным играм.
5. Правила по технике безопасности во время урока по баскетболу.
6. Правила по технике безопасности во время урока по волейболу.
7. Правила по технике безопасности во время урока по гимнастике.
8. Влияние регулярных занятий физическими упражнениями на здоровье человека.
9. Осанка.
10. Личная гигиена.
11. Оказание первой помощи при солнечном ударе.
12. Лёгкая атлетика: техника выполнения прыжка в длину.
13. Лёгкая атлетика: техника бега с низкого старта.
14. Вредные привычки.
15. Требования к одежде и обуви при занятиях физическими упражнениями
16. Утренняя гимнастика.
17. Правила игры в волейбол.
18. Правила игры в баскетбол.
19. Физическое качество «быстрота». Упражнения, его развивающие.
20. Закаливание (обтирание)
21. Различные виды повреждений организма, причины возникновения.
22. Способы переноски пострадавших
23. Обморожение и охлаждение.

7 класс

1. История возрождения Олимпийских игр. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на короткие дистанции.
2. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на длинные дистанции.
3. Правила по технике безопасности во время урока по метанию.
4. Правила по технике безопасности во время урока по подвижным играм.
5. Правила по технике безопасности во время урока по баскетболу.
6. Правила по технике безопасности во время урока по волейболу.
7. Правила по технике безопасности во время урока по гимнастике.
8. Влияние физических упражнений на системы организма человека
9. Основные приёмы закаливания. Правила закаливания.
10. Первая помощь при переохлаждении.
11. Лёгкая атлетика: техника метания (на примере одного снаряда)
12. Лёгкая атлетика: техника бега на короткие дистанции.
13. Гимнастика: акробатические упражнения. Основные виды.
14. Утомление. Его признаки.
15. Физическое качество «равновесие». Упражнения для его развития.
16. Правила проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.
17. Физические упражнения, их отличия от естественных движений.
18. Физическая нагрузка и её влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС)
19. Закаливание организма (обливание, душ)

20. Работоспособность человека.

8 класс

1. Влияние возрастных особенностей организма на физическое развитие и физическую подготовленность
2. Роль опорно-двигательного аппарата в выполнении физических упражнений
3. Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем организма
4. Психические процессы в обучении двигательным действиям
5. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями
6. Основы обучения и самообучения двигательным действиям
7. Правила подготовки мест занятий по физической культуре и правила выбора спортивной одежды и обуви.
8. Физическое качество «ловкость». Упражнения, его развивающие.
9. Физическое качество «сила». Упражнения, его развивающие.
10. Влияние закаливания на здоровье человека.
11. Основные правила игры (в баскетбол, в волейбол)
12. Техника игры в нападении (волейбол, баскетбол).
13. Герои Олимпийских игр (на примере конкретных игр)
14. Первая помощь при кровотечениях.
15. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на короткие дистанции.
16. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на длинные дистанции.
17. Правила по технике безопасности во время урока по метанию.
18. Правила по технике безопасности во время урока по подвижным играм.
19. Правила по технике безопасности во время урока по баскетболу.
20. Правила по технике безопасности во время урока по волейболу.
21. Правила по технике безопасности во время урока по гимнастике.

9 класс

1. Личная гигиена в процессе занятий физическими упражнениями
2. Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при травмах и ушибах
3. Совершенствование физических способностей
4. История возникновения и формирования физической культуры
5. Физическая культура и олимпийское движение в России
6. Олимпиады современности: странички истории
7. Личная гигиена и режим дня.
8. Физическое качество «гибкость». Упражнения, его развивающие.
9. Физическое качество «выносливость». Упражнения, его развивающие.
10. Утренняя гимнастика.
11. Основные правила проведения соревнований (по баскетболу, волейболу)
12. Техника игры в защите (волейбол, баскетбол)
13. Восстановление организма после занятий физическими упражнениями.
14. Влияние регулярных занятий физическими упражнениями на здоровье человека.
15. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на короткие дистанции.
16. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на длинные дистанции.
17. Правила по технике безопасности во время урока по метанию.

18. Правила по технике безопасности во время урока по подвижным играм.
19. Правила по технике безопасности во время урока по баскетболу.
20. Правила по технике безопасности во время урока по волейболу.
21. Правила по технике безопасности во время урока по гимнастике.

10 класс

1. Физическая культура и спорт в профилактике заболеваний и укреплении здоровья
2. Правила поведения, техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях физическими упражнениями.
3. Основные формы и виды физических упражнений.
4. Особенности урочных и неурочных форм занятий физическими упражнениями.
5. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.
6. Формы и средства контроля индивидуальной физкультурной деятельности
7. Физическая культура в моей семье.
8. Допинги в спорте и в жизни, их роль.
9. Двигательная активность и здоровье человека
10. Профилактика травматизма и оказание доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.
- 11 Олимпийские игры древней Греции в сравнении с современными Олимпийскими играми.
- 12 Техника игры баскетбол (классификация)
- 13 Техника игры в волейбол (классификация).
- 14 Российские спортсмены в современном Олимпийском движении.
- 15.Правила по технике безопасности во время урока по бегу на короткие дистанции.
- 16.Правила по технике безопасности во время урока по бегу на длинные дистанции.
- 17.Правила по технике безопасности во время урока по метанию.
- 18.Правила по технике безопасности во время урока по подвижным играм.
- 19.Правила по технике безопасности во время урока по баскетболу.
- 20.Правила по технике безопасности во время урока по волейболу.
- 21.Правила по технике безопасности во время урока по гимнастике.

11 класс

1. Основы организации двигательного режима
2. Организация и проведение спортивно-массовых соревнований
3. Понятие телосложения и характеристика его основных типов
4. Способы регулирования массы тела человека
5. Вредные привычки и их профилактика средствами физической культуры
6. Современные спортивно-оздоровительные системы физических упражнений
7. Современное олимпийское и физкультурно-массовое движение
8. Гиподинамия – болезнь неподвижного образа жизни.
9. Влияние на здоровье солнечного света, свежего воздуха, чистой воды, естественного питания, физических упражнений, отдыха, осанки, голодания, гигиенических факторов, закаливания (на выбор)
10. Рациональное питание и питьевой режим.

11. Тактика игры в баскетбол
12. Тактика игры в волейбол.
13. Финты в спортивных играх (на примере одной игры)
14. Российские спортсмены в современном Олимпийском движении.
15. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на короткие дистанции.
16. Правила по технике безопасности во время урока по бегу на длинные дистанции.
17. Правила по технике безопасности во время урока по метанию.
18. Правила по технике безопасности во время урока по подвижным играм.
19. Правила по технике безопасности во время урока по баскетболу.
20. Правила по технике безопасности во время урока по волейболу.
21. Правила по технике безопасности во время урока по гимнастике.

6. Список информационных источников для учащихся

Учебники в школьной библиотеке:

- ✓ Физическая культура. 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др. под ред. М.Я. Виленского - 5-е изд. – М.: Просвещение, 2016 – 239 с.: ил. -- ISBN 978-5-09-037882-6.
- ✓ Физическая культура. 8-9 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / В.И. Лях – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2016 – 256 с.: ил. -- ISBN 978-5-09-037884-0.
- ✓ Физическая культура. 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. Организаций: базовый уровень / В.И. Лях -3-е изд. – М.: Просвещение, 2016 – 255 с.: ил. – ISBN 978-5-09-037718-8.

Интернет ресурсы:

- ✓ Электронная версия « Большой Олимпийской энциклопедии»
<http://slovari.yandex.ru/dict/olympic/>
- ✓ Олимпийский комитет России <http://www.olympic.ru>
- ✓ Национальная информационная сеть « Спортивная Россия» <http://www.infosport.ru>