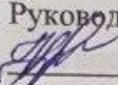
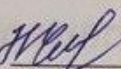



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №2 ШАХТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол от «23» 08.24 г. №1
Руководитель ШМО
 Л.В.Кушнирова

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по УВР
 Н.Ю. Черникова
«23» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ «СШ №2
Шахтерского м.о.»
 Е.А. Слоквина



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
основное общее образование

для 7 класса

Рабочую программу составила:
Кушнирова Лилия Валериевна,
учитель физической культуры

2024—2025 учебный год

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» (предметная область «Физическая культура») (далее соответственно – программа по физической культуре, физическая культура) включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы по физической культуре, тематическое планирование, способы оценки достижения учащимися планируемых результатов обучающихся по предмету «Физическая культура», описание материально-технического и учебно-методического обеспечения Рабочей программы, календарно-тематическое планирование (приложение).

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре основного общего образования для 7 класса опирается на нормативную базу:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2024) "Об образовании в Российской Федерации" https://nrsa.ru/upload/pages/abitur/bak/Fed_zak_N_273.pdf
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. №286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/400807193/>
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. №287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" <https://demo.garant.ru/#/document/401433920/paragraph/1/doclist/417/>
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 12 августа 2022 г. № 732 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413" <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405172211/>
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20) <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/>
6. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания". http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_375839/fa69e15a74de57cbe09d347462434c11fcfeeaca/
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 18 мая 2023 г. № 370 об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»
8. Конструктор рабочих программ. <https://edsoo.ru/constructor/>
9. Приказ Минпросвещения РФ от 27.12.2023 N 1028 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования" Зарегистрировано в Минюсте России 2 февраля 2024 г. N 77121
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2024 № 171 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования" (Зарегистрирован 11.04.2024 № 77830) <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202404120003>
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21.09.2022 № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими

образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников» http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_430323/

12. Приказ Минобрнауки России №845, Минпросвещения России №369 от 30.07.2020 «Об утверждении Порядка зачета организацией, осуществляющей образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность» <https://goo.su/sy7VyZ>

13. Приказ Минздрава России от 10.08.2017 №514(ред. От 19.11.2020) «О порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних» (<https://base.garant.ru/71748018/>)

14. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 22.02.2023 № 117 "Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)"

15. ФЕДЕРАЛЬНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (для 5–9 классов образовательных организаций);

16. Профилактика несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 04.08.2023) "Об образовании в Российской Федерации" Статья 41.

17. Охрана здоровья обучающихся
https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/48b9101fff215f3aeb122d86593a129a34d96d3c/

18. Письмо Минобрнауки России от 18.10.2013 № ВК-710/09 "О Рекомендациях по безопасности эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений общеобразовательных организаций, спортивного оборудования и инвентаря при организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с обучающимися» https://rulaws.ru/acts/Pismo-Minobrnauki-Rossii-ot-18.10.2013-N-VK-710_09/

19. Письмо Министерства просвещения РФ от 25 февраля 2022 г. № 08-347 "О профилактике несчастных случаев» https://rulaws.ru/acts/Pismo-Minobrnauki-Rossii-ot-18.10.2013-N-VK-710_09/Методические рекомендации Минспорт РФ от 01.02.2018 г.

20. «По организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО» https://minsport.gov.ru/2018/MetodRekGTO_010418.pdf

21. Методические рекомендации Минобрнауки от 2 декабря 2015 г. № 08-1447 «По механизму учета результатов выполнения нормативов ВФСК ГТО при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура» <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71212696/>

22. Письмо Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации от 13 сентября 2010г. № ЮН-02-09/4912, Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 сентября 2010 г. № ИК-1374/19 «О методических указаниях по использованию спортивных объектов в качестве межшкольных центров для проведения школьных уроков физической культуры и внешкольной спортивной работы».

Изменения в рамках учебного предмета Физическая культура». В 2024/2025 учебном году Минпросвещения приняло новые поправки в ООО обоих поколений. Изменения будут вступать с 01.09.2024 г. на основании Приказа Минпросвещения от 19.02.2024 № 110.

Программа по физической культуре на уровне основного общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы ФГОС ООО, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования по физической культуре на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета «Физическая культура», придания ей личностно значимого смысла, содержание программы по физической культуре представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры, Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

В содержании программы по физической культуре - предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование

познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Число часов в 7 классе – 68 часа (2 часа в неделю)

В программе по физической культуре учитываются личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в ФГОС ООО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму

и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травмы ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Регулятивные универсальные учебные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении

конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относятся к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы приёма помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 7 классе обучающийся научится:

проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;

объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных обучающихся, приводить примеры из собственной жизни;

объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;

составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);

выполнять лазанье по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);

составлять и самостоятельно разучивать комплекс степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки);

выполнять стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши);

выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», применять их в беге по пересечённой местности; выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола, броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА

7 КЛАСС

Знания о физической культуре

Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России, роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Олимпийское движение в СССР и современной России, характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы.

Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

Способы самостоятельной деятельности

Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника по физической культуре.

Техническая подготовка и её значение для человека, основные правила технической подготовки. Двигательные действия как основа технической подготовки, понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой.

Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий с добавлением ранее разученных упражнений: для коррекции телосложения и профилактики нарушения осанки, дыхательной и зрительной гимнастики в режиме учебного дня.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Модуль «Гимнастика»

Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки). Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Стойка на голове с опорой на руки, акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).

Комплекс упражнений степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами разведением рук и ног, выполняемых в среднем и высоком темпе (девочки).

Комбинация на гимнастическом бревне из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений на статическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, переворотах (мальчики). Лазанье по канату в два приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика»

Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег»,

эстафетный бег. Ранее освоенные беговые упражнения с увеличением скорости передвижения и продолжительности выполнения, прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание».

Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.

Модуль «Зимние виды спорта»

Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона, переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции, спуски и подъёмы ранее освоенными способами.

Модуль «Спортивные игры»

Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола, бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника, передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая

деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт»

Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контр ольны е работ ы	Практич еские работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1	-	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2	-	2	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2	-	2	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	13	5	8	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.2	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	13	2	11	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.3	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	12	4	8	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.4	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	13	3	10	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.5	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	12	4	8	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		63			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	18	50	

СПОСОБЫ ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ УЧАЩИМИСЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Оценка успеваемости - одно из средств повышения эффективности учебного процесса. Она помогает контролировать освоение программного материала, информирует о двигательной подготовленности учеников, стимулирует их активность на занятиях физическими упражнениями.

Оценивание результативности процесса физического воспитания осуществляется на основе выявления оценок физической подготовленности обучающихся, технической подготовленности учащихся, теоретической подготовленности.

Контроль и оценивание - при оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным занятиям физическими упражнениями.

Методы оценивания: стандартизированные письменные и устные работы, тестирование;
- при оценивании способов физкультурной деятельности могут использоваться методы: письменные и устные работы, практические и творческие работы, наблюдения, анализ рабочей тетради учащегося;

- при оценивании техники выполнения двигательного действия используются методы: наблюдения, контроль техники выполнения упражнения;

- при оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов учитель представлять определенную трудность для каждого учащегося при выполнении указанного задания, реально выполнимого.

При этом учителю необходимо учитывать индивидуальные особенности обучающихся;
- при оценивании уровня физической подготовленности используются контрольные испытания (тесты).

Текущее оценивание: учащихся происходит по 4-балльной системе.

При выставлении оценки соблюдаются следующие требования:

- индивидуальный подход, когда каждому ученику дается возможность проявить себя в условиях, наиболее отвечающих особенностям его физического развития, физической подготовленности, состояния здоровья;

- конкретность критериев, когда текущая оценка соотносится с четко сформулированной задачей, поставленной учеником;

- гласность оценки, когда осуществляется своевременное информирование ученика об оценке и приводится краткое её разъяснение.

Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» предусматривает следующие **виды контроля**:

Предварительный контроль проводится для определения возможностей учащихся к овладению физическими упражнениями и выполнению ими нормативов учебной программы.

Оперативный контроль (в течение урока) позволяет оценить любые слагаемые программного материала (домашнее задание, устный ответ, проведение разминки, качество выполнения двигательных действий или их элементов, победу в учебной игре или эстафете и пр.) для оперативного управления деятельностью обучающихся на каждом уроке.

Текущий контроль (по результатам нескольких уроков) предполагает проведение контроля для определения результативности освоения изучаемой темы (например, прыжок в длину с разбега на результат, бег 60 м на результат и пр.).

Этапный контроль – контроль состояния за относительно длительный промежуток времени, выявляет основные тенденции процесса физического воспитания на его относительно продолжительных этапах (четверть, триместр, полугодие).

Итоговый контроль применяется для определения конечных результатов за год. Позволяет оценить сложившуюся систему уроков, сравнить полученные результаты с планируемыми и получить данные для корректировки планирования процесса физического воспитания на очередной учебный год.

Знания о физической культуре

Оценивая знания обучающихся, учитывают их глубину и полноту, аргументированность изложения, умение использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» обучающиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

Оценка «2» - плохое понимание и знание теоретического и методического материала.

Для оценивания знаний могут быть использованы следующие **методы**:

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок.

Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и веером ответов на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении и позволяет осуществлять опрос фронтально.

Весьма эффективным методом проверки знаний является **демонстрация знаний** учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы учащиеся сопровождают выполнением конкретного комплекса и т.п.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности (2 раздел)

Оценка «5» - обучающийся демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической (двигательной) способности, или комплекс упражнений утренней, атлетической или ритмической гимнастики, может самостоятельно организовывать место занятия, подобрать инвентарь и применить в конкретных условиях, проконтролировать ход выполнения заданий и оценить его.

Оценка «4» - имеются незначительные ошибки или неточности в осуществлении самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Оценка «3» - допускает грубые ошибки в подборе и демонстрации упражнений, направленных на развитие конкретной физической (двигательной) способности. Испытывает затруднения в организации мест занятий, подборе инвентаря. Удовлетворительно контролирует ход и итоги задания.

Оценка «2» - учащийся не владеет умением осуществлять различные виды физкультурно-оздоровительной деятельности.

Техника владения двигательными действиями (умениями, навыками) (3 раздел)

Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Оценка «2» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

Основными **методами** оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Метод открытого наблюдения заключается в том, что обучающиеся знают, кого и что будет оценивать учитель. Скрытое наблюдение состоит в том, что обучающимся известно лишь то, что учитель будет вести наблюдение за определенными видами двигательных действий.

Вызов как метод оценки используется для выявления достижений отдельных обучающихся в усвоении программного материала и демонстрации классу образцов правильного выполнения двигательного действия.

Метод упражнений предназначен для проверки уровня владения отдельными умениями и навыками, качества выполнения домашних заданий.

Суть комбинированного метода состоит в том, что учитель одновременно с проверкой знаний оценивает качество освоения техники соответствующих двигательных действий.

Данные методы можно применять и индивидуально, и фронтально, когда одновременно оценивается большая группа или класс в целом.

Домашние задания

Физическая культура как общеобразовательный предмет в школе требует систематического освоения учебной программы не только на уроках, но и посредством заданий на дом. Выполнение домашних заданий является одним из важных условий повышения активности учащихся, улучшение их физической подготовленности, укрепление здоровья и внедрение физической культуры в быт.

Домашнее задание в письменной форме задаётся учащимся с 2 - 11 класс по каждому разделу программы.

Цель домашних заданий – способствовать успешному овладению двигательными навыками, развитию двигательных качеств, выполнению требований учебной программы.

Педагогической практике применяются два вида домашних заданий – сквозные и тематические. Сквозные задания на протяжении всего учебного года для каждого класса одни и те же, дифференцируется лишь нагрузка при их выполнении. Они направлены на достижение и поддержание оптимального уровня развития двигательных качеств в течение всего периода обучения.

Тематические домашние задания решают более целенаправленной подготовки учащихся к освоению отдельных разделов учебной программы и способствуют развитию двигательных качеств, играющую главенствующую роль при прохождении того или иного материала.

Задания по физической культуре имеют свою специфику, которая определяется условиями выполнения заданий и их содержанием. Они должны являться логическим продолжением учебной работы. Содержание их состоит из упражнений направленных:

- на развитие основных двигательных качеств;
- на повторение простейших элементов техники движения.

Запрещается давать задание по выполнению сложных упражнений, требующих специальных условий и страховки.

Для успешного применения домашних заданий необходимо соблюдать ряд обязательных условий:

- учащиеся должны знать требования учебной программы и уровня развития основных двигательных качеств, которые они должны достичь в своём возрасте;
- учащимся необходимо убедить в практической пользе домашних заданий;
- заинтересовать учащихся домашними заданиями;
- изучать с учащимися на уроке материал домашнего задания;
- обращать внимания учащихся на организацию и методику проведения заданных на дом упражнений;
- обучить учащихся правильной терминологии и правильно ей пользоваться при записи домашних заданий;
- обязательно сообщать учащимся сроки проверки домашних заданий;
- фиксировать домашние задания в рабочих программах.

При заданиях на дом учителю необходимо:

- тщательно ориентировать учеников на обязательное соблюдение санитарно гигиенических условий;
- обращать особое внимание на обеспечение ими мер безопасности во время выполнения упражнений, подготовленность места;
- учитывать возможности его выполнения в зависимости от местных условий.

Сроки домашних заданий могут быть:

- долговременными на 30 дней и более;
- средней длительности на две недели, на определенную серию уроков, в течении которых проходит обучение тому или иному двигательному действию;
- кратковременными на неделю, до следующего урока.

Предлагая выполнить задания на развитие физических качеств, необходимо учитывать какое двигательное качество является определяющим при прохождении раздела учебной программы, а также возможность изменения двигательных качеств. Например, в большей степени подвержена изменениям гибкость, в меньшей быстрота, и ещё меньше – сила и выносливость. Поэтому задания на дом должны иметь различный срок.

Важно так же, чтобы учитель наглядно показывал задаваемые упражнения, уточнял строгую нагрузку, соответствующую состоянию здоровья, физическому развитию и физической подготовленности учащихся.

Определенный вклад в выполнение домашних заданий могут внести и родители. Учитель должен заручиться их поддержкой в оказании помощи школьником при самостоятельном задании. Для этого учителю постоянно следует использовать контакты с родителями, нацеливать их на необходимость наблюдения, стимулирования и поощрения за выполнение детьми задаваемых упражнений.

Комплексный тест-оценивание физической подготовленности – обучающиеся сдают дважды, в сентябре и в мае. Если результаты ученика, при сдаче нормативов, покажут

положительную динамику, улучшение результатов, значительный прирост показателей теста в конце учебного года, то, по усмотрению учителя, оценка за четвертую четверть может быть выставлена выше на 1 бал.

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

Если ученик освобожден от занятий по физической культуре по болезни или после нее, оценивание проводится по разделу "Теоретические знания" в виде устного опроса или записей в тетради.

Рекомендуется ученикам завести тетрадь по физической культуре.

Для устных ответов определяются следующие критерии отметок

Уровни усвоения	Отметка по пятибалльной шкале	Показатели выполнения
Высокий	«5»	За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.
Повышенный	«4»	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.
Базовый	«3»	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.
Пониженный	«2»	Обучающийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для отметки 3.

Для письменных ответов определяются следующие критерии отметок

Уровни усвоения	Отметка по пятибалльной шкале	Показатели выполнения
Высокий	«5»	Работа выполнена полностью без ошибок и недочетов. Работа сдана вовремя.
Повышенный	«4»	Работа выполнена полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов. Работа не сдана вовремя.

Базовый	«3»	Обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.
Пониженный	«2»	Число ошибок и недочетов превысило норму для отметки 3 или правильно выполнено менее 50 % всей работы

Занятия физической культурой, обучающихся специальной медицинской группы "А", проводятся в соответствии с программами физического воспитания обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья. Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся в группах СМГ должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей (при самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся, выставляется положительна отметка).

Положительная отметка выставляется учащимся, регулярно посещающим занятия по физической культуре, старательно выполняющим задания учителя, овладевшим доступными конкретному ученику навыками самостоятельных занятий. оздоровительной гимнастики, необходимыми теоретическими знаниями в области физической культуры). ЛФК для детей с хроническими заболеваниями проводится в лечебно-профилактических учреждениях специалистами - медицинскими работниками, методистами. По мере улучшения состояния здоровья дети могут заниматься со здоровыми детьми своего класса, соблюдая условия урочной формы занятий.

Текущая и итоговая аттестация учащихся по физической культуре обучающихся СМГ

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. При оценивании по физической культуре учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе «А», рекомендуется сделать акцент на стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей.

Текущая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом успехов обучающегося в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима с тем, чтобы отметка способствовала развитию обучающегося, стимулировала его заниматься физической культурой. Итоговая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), с учетом динамики физической подготовленности и прилежания. Обучающиеся специальной медицинской группы «Б» на основании представленной справки установленного образца, выданной медицинским учреждением о прохождении курса ЛФК, оцениваются в образовательном учреждении по разделам: «Основы теоретических знаний» в виде устного опроса или написания рефератов, «Практические умения и навыки» в виде демонстрации комплексов ЛФК, освоенных согласно своему заболеванию в медицинских учреждениях, с последующей итоговой аттестацией по предмету «Физическая культура».

Следовательно, итоговая оценка может отличаться от средней арифметической оценки. Требования к посещению уроков обучающихся, освобожденными от практических занятий по физической культуре:

1. Все обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре, подтверждают факт освобождения заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который предоставляется классному руководителю или учителю физкультуры.

2. Все обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре, в течение урока находятся в помещении спортивного зала или на стадионе под присмотром учителя физической культуры.

Учащиеся, освобожденные от уроков физической культуры, в классном журнале не отмечаются как отсутствующие. В данном случае учителем физической культуры дается индивидуальное задание по теоретической части изучаемого курса. Все учащиеся, освобожденные от физических нагрузок, в конце каждой учебной четверти, полугодия и в конце учебного года получают итоговые оценки по указанным выше заданиям и выполненным домашним заданиям. При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются следующие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями. С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, тестирование, практические тесты.

Примерные критерии определения учебных достижений обучающихся

**по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств
по учебному предмету «Физическая культура»**

Физическое совершенствование (оценивание состояния физической подготовленности обучающихся)

Физическое совершенствование Тест-оценивание физической подготовленности (7 класс)

Физические качества, двигательные умения и навыки	Виды испытаний	Пол	Критерии оценивания физической подготовленности			
			2	3	4	5
Скоростные	Бег на 30м. (с)	Д	5.8	5,6	5,4	5,2
		М	5,6	5,4	5,2	5,0
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	Д	120	140	155	170
		М	130	150	170	180
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол. раз за 30 сек.)	Д	20	22	24	26
		М	21	23	25	27
Выносливость	Бег 500м. (мин,с.)	Д	3.03,0	2.38,0	2.20,0	2.10,0
		М	2.50,0	2.20,0	2.00,0	1.50,0
	Смешанное передвижение 2000м. (мин, с.)	Д	20.00,0	16.00,0	13.40,0	12.40,0
		М	16.00,0	13.40,0	12.40,0	12.00,0
Силовые	Подтягивание на перекладине: низкая – девочки, высокая – мальчики	Д	8	11	13	16
		М	4	5	7	8
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	Д	5	7	9	13
		М	10	13	15	18
Координация	Челночный бег 4х9м(с)	Д	11,7	11,2	10,9	10,6
		М	11,0	10,7	10,3	10,0
Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя	Д	2	7	11	14
		М	0	3	8	12

**Учебные нормативы по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств
по учебному предмету «Физическая культура»**

Ориентировочные контрольные нормативы Гимнастика

Класс	Контрольные упражнения	Критерии оценивания учебных достижений				
		2	3	4	5	
7	Контрольная комбинация упражнений по акробатике для мальчиков: Из упора присев длинный кувырок вперед, стойка на лопатках – 2,5 б., перекал вперед в сед с наклоном – 1,0 б., кувырок назад в упор присев – 2,0 б., стойка на голове согнув ноги – 3,0 б., опускаясь в упор присев, прыжок вверх прогибаясь – 1,5 балла.	м	до 5	5	7	8,5
	Комбинация для совершенствования и контрольного урока для девочек: Из упора присев кувырок вперед – 1,0 б., кувырок вперед в сед с наклоном – 1,5 б., лечь и «мост» – 3,0 б., лечь и стойка на лопатках – 2,0 б., перекалом вперед сед с наклоном – 1,0 б., кувырок назад в полушпагат – 1,5 балла.	д	до 5	5	7	8,5
	Контрольная комбинация упражнений на брусьях (м) на середине брусьев прыжком упор и махом вперед сед ноги врозь – перемах внутрь и мах назад, мах вперед, махом назад развести ноги над жердями, сводя ноги, мах вперед, соскок махом назад прогнувшись влево (баллы).	м	до 5	5	7	8,5
	Контрольная комбинация упражнений на брусьях р/в (д) С разбега махом одной и толчком другой упор присев – 2,5 б., вставая, поворот налево в стойку поперек, левая перед правой, руки в стороны – 1,5 б., шаг правой и, сгибая ногу в положение выпада, пружинистый наклон вперед, дугами книзу руки перед грудью скрестно, выпрямляясь, встать на правой, левую назад, руки в стороны – 1,5 б., то же с левой ноги – 1,5 б., переменными шагами дойти до конца бревна, руки на пояс – 1,0 б., соскок, прогибаясь, с конца бревна толчком двумя – 2,0 балла. (баллы)	д	до 5	5	7	8,5
	Контрольная комбинация упражнений на перекладине (м) из виса стоя на согнутых руках лицом к в/ж махом одной и толчком другой подъем переворотом в упор на н/ж – 3,0 б, перемахом правой в упор ноги врозь правой-1,0 б, перехватом левой за в/ж поворот налево кругом в вис лежа ноги врозь, левой разным хватом (левая снизу, правая сверху) -2,0 б, перехват левой в хват сверху и перемах правой в вис лежа на н/ж – 1,0 б, поворотом направо в сед на правом бедре, правая хватом за в/ж, левая в сторону – 1,0 б, хватом левой спереди, отталкиваясь правой рукой, соскок с поворотом направо лицом к брусьям – 2,0 балла. (баллы)	м	до 5	5	7	8,5
	Контрольная комбинация упражнений на гимнастическом бревне И. п. – стойка продольно перед бревном у правого конца. С разбега махом одной и толчком другой упор присев, вставая, поворот налево в стойку поперек, левая перед правой, руки в стороны, шаг правой и, сгибая ногу в положение выпада, пружинистый наклон вперед, дугами книзу руки перед грудью скрестно, выпрямляясь, встать на правой, левую назад, руки в стороны, то же с левой ноги, переменными шагами дойти до конца бревна, руки на пояс, соскок, прогибаясь, с конца бревна толчком двумя. (баллы)	д	до 5	5	7	8,5
	Опорный прыжок Мальчики: опорный прыжок согнув ноги через козла в ширину на высоте 110-115 см (баллы)	м	до 5	5	7	8,5
	Девочки: опорный прыжок ноги врозь через козла в ширину высотой 105-110 см.	д	до 5	5	7	8,5

*Оценивание контрольных комбинаций упражнений проводится по 10-бальной гимнастической шкале и переводится в 5-бальную систему оценивания обучающихся.

Ориентировочные контрольные нормативы. Легкая атлетика

Кл асс	Контрольные упражнения	Критерии оценивания учебных достижений				
			2	3	4	5
		д	1.45,0	1.40,0	1.35,0	1.30,0
7	Бег 30м.	м	5.6	5.4	5.2	5.0
		д	5.8	5.6	5.4	5.2
	Бег 60м. (с.)	м	11,6	11,2	10,4	9,6
		д	12,0	11,6	10,8	10,3
	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» (см.)	м	270	280	300	330
		д	230	240	260	280
	Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание» (см.)	м	70	80	90	100
		д	60	70	80	90
	Метание малого мяча (150 г.) на дальность (м)	м	15	20	26	34
		д	10	14	16	20
	Бег 500м.	м	2.50,0	2.20,0	2.00,0	1.50,0
		д	3.03,0	2.38,0	2.20,0	2.10,0

Ориентировочные контрольные нормативы Баскетбол

Кла сс	Контрольные упражнения	Критерии оценивания учебных достижений				
			2	3	4	5
7	Броски мяча после ведения и двойного шага (5 попыток)	м	ни одного точного броска	1	2	3
		д	ни одного точного броска	1	2	3
	6 штрафных бросков	м	ни одного точного броска	1	2	3
		д	ни одного точного броска	1	2	3

Ориентировочные контрольные нормативы Волейбол

Класс	Контрольные упражнения		Критерии оценивания учебных достижений			
			2	3	4	5
7	Передача мяча двумя руками сверху в парах (расстояние 2 м.)	м	до 3	3	5	6
		д	до 3	3	4	5
	Передача мяча двумя руками снизу в парах (расстояние 3 м.)	м	до 2	2	3	4
		д	0	1	2	3
	Нижняя прямая или боковая подачи (6 попыток)	м	1	2	3	4
		д	0	1	2	3

Ориентировочные нормативы нормативы Футбол

Класс	Контрольные упражнения	Пол	Критерии оценивания учебных достижений			
			2	3	4	5
7	Передачи мяча на месте правой, левой ногой в парах	м	4	6	8	10
		д	2	4	6	8
	Обведение стоек правой, левой ногой 10 м с ударом на точность с 6 м (время)	м	11,0	10,4	9.8	9.5
		д	12.0	11.4	10.8	10.5
	6 ударов по воротам 2х3 на точность с 6 метров в указанную область	м	2	3	4	5
		д	1	2	3	4
	Жонглирование мячом	м	7	9	11	13
		д	3	4	5	6

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

предмета «Физическая культура»

**Расчет на учебное заведение, с одним комплектом классов
(30 обучающихся)**

Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол -во
<i>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</i>	
Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования	Д
Авторские рабочие программы по физической культуре	Д
Учебник по физической культуре	Д
<i>Печатные пособия</i>	
Таблицы, схемы (в соответствии с программой обучения)	К
<i>Технические средства обучения</i>	
Аудио-центр с системой озвучивания спортивных залов и площадок (входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения)	Д
Сканер Принтер лазерный Копировальный аппарат (входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения)	Д
Цифровая фотокамера (входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения)	Д
Мультимедиапроектор (входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения)	Д
Экран (на штативе или навесной) (входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения)	Д
<i>Учебно-практическое оборудование</i>	
Гимнастический инвентарь	
Перекладина (низкая и высокая)	П
Перекладина навесная	П
Брусья (параллельные и разновысокие)	П
Конь, козел для опорных прыжков	П
Мостик для опорных прыжков	П
Канат подвесной для лазанья с механизмом крепления	П
Канат для перетягивания	П
Маты гимнастические в чехлах	П
Скамьи гимнастические	П
Бревно гимнастическое	Ф
Стенка гимнастическая	П
Скакалки	К
Обручи	К
Палки гимнастические	К
Мяч набивной (1 кг)	П
Гантели наборные	П
Штанги тренировочные	П
Гири тренировочные	П
Легкоатлетический инвентарь	
Флажки разметочные	Д
Секундомеры электронные	Д

Рулетка металлическая	Д
Эстафетные палочки	К
Мяч малый для метания	Ф
Стартовые колодки	Ф
Планка и стойки для прыжков в высоту	Д
Маты гимнастические	П
Легкоатлетические барьеры	Д
Инвентарь и оборудование для спортивных игр	
Мячи баскетбольные	П
Мячи волейбольные	П
Мячи футбольные	П
Стойки волейбольные	Д
Сумки-мешки для переноски мячей	Д
Баскетбольные щиты / кольца	Д
Насосы для надувания мячей	Д
Свистки судейские	Д
Стол для настольного тенниса	Д
Ракетки для настольного тенниса	Ф
Мячи для настольного тенниса	П
Перекидное табло – 1 шт.	Д
Конуса.	П
Сетка для ворот мини футбола	Д
Сетка для игры в бадминтон.	Д
Бадминтонные стойки	Д
Ракетки для игры в бадминтон	К
Воланы	К
Манишки двух цветов	П
Измерительные приборы, средства до врачебной помощи	
Весы медицинские (входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения)	Д
Ростомер (входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения)	Д
Аптечка	Д
Спортивные залы (кабинеты, площадки)	
Спортивный зал игровой	
Кабинет учителя	
Легкоатлетическая дорожка	Д
Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения: Д – демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на класс); К – полный комплект (на каждого ученика класса); Ф – комплект для фронтальной работы (не менее одного экземпляра на двух учеников); П – комплект, необходимый для работы в группах (один экземпляр на 5–6 человек)

Список рекомендованной литературы

Для учителя

1. Алексеев С.В., Гостев Р.Г., Курамшин Ю.Ф. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности. – М.: Астрель; Тверь: АСТ, 2013. – 780 с.
2. Артемьев В.П., Шутов В.В. Теория и методика физического воспитания. Двигательные качества: учебное пособие для студентов педвузов. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2004. – 284 с.
3. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания: Пособие для учителя. – М.: Академия, 2001. – 102 с.
4. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка: учеб. пособие для педвузов. – М.: Советский спорт, 2013. – 431 с.
5. Барчуков И.С.: Физическая культура и спорт: методология, теория, практика. – М.: Академия, 2009. – 204
6. Барчукова Г.В., Мизин А.Н. Физическая культура: настольный теннис: учебное пособие для студентов педвузов. – М.: Советский спорт, 2015. – 312 с.
7. Бишаева, А.А. Физическая культура: учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования. М.: ИЦ Академия, 2012. 304 с.
8. Виленский. М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие. – М.: КноРус, 2013. – 240 с.
9. Дианов Д.В., Радугина Е.А., Степанян Е.Д. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью. – М.: КноРус, 2012. – 184 с.
10. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2014. – 298 с.
11. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 444 с.
12. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник для медицинских училищ и колледжей. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 528 с.
13. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. Пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений / Ю.Д.Железняк, В.М.Минбулатов. – М.: Изд. центр «Академия», 2004. – 272 с.
14. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учебное пособие. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 252 с.
15. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры / Под общ. Ред.Л.Б.Кофмана. – М.: ФиС,1998.-496с.
16. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. – М.: Физическая культура, 2005. – 544 с.
17. Маргазин В.А. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и нарушениях обмена. – СПб.: СпецЛит, 2016. – 112 с.
18. Маргазин В.А. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем. – СПб.: СпецЛит, 2015. – 234 с.
19. Матвеев Л.П. Теория и методика физ. культуры. Введение в предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. – М.: Лань, 2004. – 160 с.
20. Минаев Б.Н. Физическое воспитание школьников./Б.Н.Минаев, Б.М.Шиян.М.: ФиС, – 1989.
21. Муллер А.Б. , Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. Физическая культура: учебник для вузов. – М.: Юрайт, 2013. – 424 с.
22. Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. Физическая культура: учебник и практикум для СПО. – Люберцы: Юрайт, 2016. – 424 с.

23. Петрова В.И., Петров А.Ю., Сорокин А.Н. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента (для бакалавров). – М.: КноРус, 2013. – 304 с.
24. Помыткин В. П. Книга тренера по бадминтону. Теория и практика / В. П. Помыткин. – Ульяновск: ОАО «Первая образцовая тип.», филиал «Ульяновский дом печати», 2012. – 344 с.
25. Попов С.Н, Валеев С.Н., Гарасева. Н.М., Лечебная физическая культура: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 416 с.
26. Попов С.Н., Валеев С.Н., Попов Н.М. Лечебная физическая культура: учебник. – М.: Советский спорт, 2014. – 216 с.
27. Секерин В.Д. Физическая культура (для бакалавров). – М.: КноРус, 2013. – 424 с.
28. Селуянов В.Н., Шестаков М.П., Космина И.П. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: учебное пособие для студентов вузов физической культуры. – М.: Спорт Академ-Пресс, 2001. – 304 с.
29. Теория и методика физического воспитания: учебник для студентов институтов физической культуры под ред. Л.П. Матвеева. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – Т.1. – 304 с.
30. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов институтов физической культуры / под ред. В.Я. Кикотя. – М.: ЮНИТИ, 2016. – 440 с.
31. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, 2007. – 317 с.

Для обучающихся

1. Матвеев А.П, .Физическая культура: 6-7 классы: учебник. Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Цифровые образовательные ресурсы

1. Физическая культура - Российская электронная школа - <https://resh.edu.ru/subject/9/>
2. Физическая культура. 5-9 классы Комплексный образовательный материал по физической культуре, включающий сценарии уроков, сценарии изучения тем, видеоуроки и тесты с автоматической проверкой для использования на уроках и самоподготовки учащихся ГАОУ ВО МГПУ, приказ №287; приказ №370. Срок действия экспертного заключения, на основании которого электронный образовательный ресурс включен в федеральный перечень электронных образовательных ресурсов - до 13 июня 2029 года.

23. Петрова В.Н., Петров А.Ю., Сорокин А.Н. Профессионально-педагогическая физическая культура студента (для бакалавров). - М.: КноРус, 2013. - 304 с.
24. Помыткин В. И. Книга тренера по гимнастике / В. И. Помыткин. - Ульяновск: ОАО «Первая образовательная фирма «Ульяновский дом спорта», 2012. - 344 с.
25. Попов С.Н., Валеев С.Н., Тарасова Н.М. Учебная физическая культура: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования. - М.: НИИ Академия, 2013. - 416 с.
26. Попов С.Н., Валеев С.Н., Попов Н.М. Учебная физическая культура: учебник. - М.: Советский спорт, 2014. - 216 с.
27. Сократов В.Д. Физическая культура (для бакалавров). - М.: КноРус, 2013. - 424 с.
28. Суханов В.Н., Шестаков М.П., Космина Н.П. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: учебное пособие для студентов вузов физической культуры. - М.: Спорт Академ-Пресс, 2001. - 304 с.
29. Теория и методика физического воспитания: учебник для студентов институтов физической культуры под ред. П.П. Матвеева. - М.: Физкультура и спорт, 1976. - Т.1. - 304 с.
30. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов институтов физической культуры / под ред. В.Р. Николья. - М.: ЮНИТИ, 2016. - 440 с.
31. Холдов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Академия, 2007. - 317 с.

Для одобрения

количество листов 27



Прошито, пронумеровано

количество листов 27

Е.А. Слоквина

Директор ГБОУ

«СШ №2 ШАХТЕРСКОГО М.О.»

Е.А. Слоквина

Федеральный научный центр физической культуры и спорта

Федеральное государственное учреждение «Всероссийский центр

по физической культуре и спорту»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт

физического воспитания»

Федеральное государственное учреждение «Федеральный институт