

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Краснополянская средняя общеобразовательная школа имени дважды Героя  
Советского Союза генерал-полковника А.И.Родимцева» Черемисиновского  
района Курской области

Рассмотрено  
«30» августа 2023г  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_Булавинова О.И.

Принята на заседании  
Педагогического совета  
протокол № 1  
«31» августа 2023г

Утверждено  
Директор  
школы \_\_\_\_\_Пикалов В.И.  
Приказ № 64  
«01» сентября 2023г

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по физической культуре**

**для 11 класса**

Дремов Олег Иванович

учитель физической культуры

первой квалификационной категории

2023 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2010), пособия «Рабочие программы и развернутое тематическое планирование 1-11 классов» и является частью Федерального учебного плана для образовательных учреждений Российской Федерации. Для реализации программы используется УМК.

Школьное образование в современных условиях призвано обеспечить функциональную грамотность и социальную адаптацию обучающихся на основе приобретения ими компетентного опыта в сфере учения, познания, профессионально-трудового выбора, личностного развития, ценностных ориентаций и смыслов творчества. Это предопределяет направленность целей обучения на формирование компетентной личности, способной к жизнедеятельности и самоопределению в информационном обществе, ясно представляющей свои потенциальные возможности, ресурсы и способы реализации выбранного жизненного пути.

Изучение физической культуры на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на **достижение следующих целей:**

- Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.
- Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью.
- Овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта.
- Освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций.
- Приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

На основании требований Государственного образовательного стандарта 2004 г. в содержании тематического планирования предполагается

реализовать актуальные в настоящее время компетентностный, личностно ориентированный, деятельностный подходы, которые определяют **задачи физического воспитания учащихся 11 классов:**

– Содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам

– Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности.

– Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях.

– Дальнейшее развитие кондиционных и координационных способностей.

– Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовке к службе в армии.

– Закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта.

– Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания.

– Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

Содержание программного материала уроков в планировании состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной). Для освоения базовых основ физической культуры, которые необходимы и обязательны для каждого ученика, отведено 58 часов, на вариативную часть – 10 часов.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Основы знаний о физической культуре, умения и навыки**

## **Социокультурные основы**

Физическая культура общества и человека, понятие физической культуры личности.

Ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности: укрепление здоровья; физическое совершенствование и формирование здорового образа жизни. Современное олимпийское и физкультурно-массовое движение.

## **Психолого-педагогические основы**

Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля за физическими нагрузками во время занятий физическими упражнениями. Основные формы и виды физических упражнений. Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов физических упражнений из современных систем физического воспитания. Основные технико-тактические действия в избранном виде спорта.

## **Медико-биологические основы**

Роль физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укрепления здоровья. Основы организации двигательного режима, характеристика упражнений и подбор форм занятий в зависимости от особенностей индивидуальной учебной деятельности, самочувствия и показателей здоровья.

## **Приемы саморегуляции**

Аутогенная тренировка. Психомышечная и психорегулирующая тренировки. Элементы йоги.

## **Баскетбол**

Терминология баскетбола. Влияние игровых упражнений на развитие координационных способностей, психохимические процессы, воспитание нравственных и волевых качеств. Правила игры. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Организация и проведение соревнований.

Самоконтроль и дозирование нагрузки при занятиях баскетболом.

## **Волейбол**

Терминология волейбола. Влияние игровых упражнений на развитие координационных способностей, психохимические процессы, воспитание нравственных и волевых качеств.

Правила игры. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Организация и проведение соревнований. Самоконтроль и дозирование нагрузки при занятиях баскетболом.

### **Гимнастика с элементами акробатики**

Основы биомеханики гимнастических упражнений. Влияние на телосложение гимнастических упражнений. Техника безопасности при занятиях гимнастикой. Оказание первой помощи при занятиях гимнастическими упражнениями. Самоконтроль при занятиях гимнастикой.

### **Легкая атлетика**

Основы биомеханики легкоатлетических упражнений. Влияние легкой атлетики на развитие двигательных качеств. Правила проведения соревнований. Техника безопасности при проведении занятий легкой атлетикой. Самоконтроль при занятиях легкой атлетикой.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

*В результате изучения физической культуры на базовом уровне ученик должен*

### **знать/понимать:**

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности;

### **уметь:**

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;

– преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;

– выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;

– осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:**

– для повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья;

– подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;

– организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;

– активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни;

**владеть компетенциями:** учебно-познавательной, личностного самосовершенствования, коммуникативной.

Важной особенностью образовательного процесса в средней школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании изучения раздела, так и по мере текущего освоения умений и навыков.

Кроме того, по окончании основной школы учащийся может сдавать экзамен по физической культуре в форме экзамена по выбору или в форме дифференцированного зачета.

**Учащиеся должны уметь демонстрировать:**

№ п/п	физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень					
				Юноши			Девушки		
				Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

1	<b>Скоростные</b>	Бег 30 м, с	16 17	5,2 -и ниже 5,1	5,1— 4,8 5,0— 4,7	4,4 и выше 4,3	6,1 и ниже 6,1	5,95,3 5,9— 5,3	4,8 и выше 4,8
2	<b>Координационн ые</b>	Челночный бег 3 x 10 м, с	16 17	8,2 и ниже 8,1	8,0— 7,7 7,9— 7,5	7,3 и выше 7,2	9,7 и ниже 9,6	9,3— 8,7 9,3— 8,7	8,4 и выше 8,4
3	<b>Скоростно- силовые</b>	Прыжки в длину с места, см	16 17	180 и ниже 190	195— 210 205— 220	230 и выше 240	160 и ниже 160	170— 190 170— 190	210 и выше 210
4	<b>Выносливость</b>	6-минутный бег, м	16 17	1300 и выше 1300	1050— 1200 1050— 1200	900 и ниже 900	1500 и выше 1500	1300— 1400 1300— 1400	1100 и ниже 1100
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
5	<b>Гибкость</b>	Наклон вперед из положения стоя, см	16 17	5 и ниже 5	9—12 9—12	15 и выше 15	7 и ниже 7	12—14 12—14	20 и выше 20
6	<b>Силовые</b>	Подтягивани е: на высокой перекладине из виса, кол- во раз (юноши),	16 17	4 и ниже 5	8—9 9—10	11 и выше 12			
		на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (девушки)	16 17				6 и ниже 6	13—15 13—15	18 и выше 18

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

п/№	Дата.		Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Примечание
	2	3			
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
	План	Факт	<b>I ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>19</b>	
			<b>ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА</b>	<b>7</b>	
<b>1</b>			Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Повторить низкий старт и стартовый разгон. Медленный бег 2мин.	<b>1</b>	
<b>2</b>			Первая медицинская помощь при ушибах, ссадинах, вывихах. Учить эстафетному бегу с передачей палочки. Бег 3мин.	<b>1</b>	
<b>3</b>			Совершенствовать низкий старт и стартовый разгон. Закрепить эстафетный бег. Бег 30м - учет. Бег 4мин.	<b>1</b>	
<b>4</b>			Низкий старт с преследованием. Совершенствовать эстафетный бег. Учет -прыжок в длину с места. Медленный бег 5мин.	<b>1</b>	
<b>5</b>			Повторить прыжок в длину с разбега. Учёт бега на 60м. Повторить передачу эстафеты. Бег 6мин с ускорениями до 80м.	<b>1</b>	



<b><u>1</u></b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>6</b>			Прыжок в длину с разбега. Повторить метание мяча с разбега в 4 – 5 шагов. Медленный бег 7мин с 2-3 ускорения по 80м.	<b>1</b>	
<b>7</b>			Совершенствовать технику прыжка в длину и метание мяча с разбега. Учёт техники передачи эстафеты. Медленный бег 8мин.	<b>1</b>	
			<b>СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ</b>	<b>12</b>	
<b>8</b>			Техника безопасности во время занятий спортивными играми.  Ведение мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	<b>1</b>	
<b>9</b>			Передачи мяча двумя руками от груди на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	<b>1</b>	
<b>10</b>			Броски одной и двумя руками с места и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	<b>1</b>	
<b>11</b>			Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4 на одну корзину.	<b>1</b>	
<b>12</b>			Взаимодействие 3х игроков (тройка и малая восьмерка).	<b>1</b>	
<b>13</b>			Штрафной бросок.  Ловля, передача, броски.	<b>1</b>	

<b><u>1</u></b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>14</b>			Взаимодействие игроков в нападении и защите через «заслон».	<b>1</b>	
<b>15</b>			Учить технике передачи мяча двумя руками сверху. Преодоление полосы препятствий. Игра «Пионербол».	<b>1</b>	
<b>16</b>			Полоса препятствий. Закрепить передачи мяча двумя руками сверху.	<b>1</b>	
<b>17</b>			Учить технике приёма мяча двумя руками снизу. Преодоление полосы препятствий.	<b>1</b>	
<b>18</b>			Закрепить приём мяча двумя руками снизу. Совершенствовать передачи мяча двумя руками сверху.	<b>1</b>	
<b>19</b>			Учить технике нижней прямой подачи мяча. Совершенствовать технику передач мяча.		
			<b>II ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>15</b>	
			<b>ГИМНАСТИКА С ЭЛЕМЕНТАМИ АКРОБАТИКИ</b>	<b>15</b>	
<b>20</b>			Техника безопасности во время занятий гимнастикой. Строевые упражнения.	<b>1</b>	
<b>21</b>			Лазанье по канату в три приема.	<b>1</b>	
<b>22</b>			Кувырок назад в стойку ноги врозь, длинный кувырок (Ю); два кувырка вперед слитно (Д).	<b>1</b>	

<b><u>1</u></b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>23</b>			Из виса на подколенках через стойку на руках опускание в упор присев (Ю); из упора на н\ж опускание вперед в вис присев (Д).	<b>1</b>	
<b>24</b>			Стойка на голове и руках (Ю); мост и поворот в упор стоя на одном колене (Д)	<b>1</b>	
<b>25</b>			Лазанье по канату	<b>1</b>	
<b>26</b>			Подъем махом назад в сед ноги врозь (Ю); из виса присев на н\ж махом одной и толчком другой в вис прогнувшись с опорой о в\ж (Д)	<b>1</b>	
<b>27</b>			Акробатические упражнения	<b>1</b>	
<b>28</b>			Опорный прыжок: согнув ноги (м); прыжок боком с поворотом на 90° (Д)	<b>1</b>	
<b>29</b>			Акробатическая комбинация	<b>1</b>	
<b>30</b>			Опорный прыжок: согнув ноги (м); прыжок боком с поворотом на 90° (Д)	<b>1</b>	
<b>31</b>			Закрепление изученных элементов на снарядах. Лазание по канату, упражнения в равновесии.	<b>1</b>	
<b>32</b>			Гимнастическая полоса препятствий. Опорный прыжок. Подтягивание, поднимание туловища.	<b>1</b>	

<b><u>1</u></b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>33</b>			Лазание по канату изученным способом. Игры на внимание.	<b>1</b>	
<b>34</b>			Учёт техники длинного кувырка вперёд, кувырка назад в полуспагат.	<b>1</b>	
			<b>III ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>19</b>	
			<b>ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА И ЭЛЕМЕНТЫ ЕДИНОБОРСТВ</b>	<b>14/5</b>	
<b>35</b>			Техника безопасности во время занятий лыжной подготовкой.	<b>1</b>	
<b>36</b>			Прохождение дистанции до 5км Торможение и поворот упором .	<b>1</b>	
<b>37</b>			Одновременный одношажный ход (стартовый вариант). Развивать скоростную выносливость.	<b>1</b>	
<b>38</b>			Одновременный одношажный ход (стартовый вариант)	<b>1</b>	
<b>39</b>			Коньковый ход. Эстафеты	<b>1</b>	
<b>40</b>			Преодоление бугров и впадин при спуске с горы	<b>1</b>	

<b><u>1</u></b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>41</b>			Попеременный двухшажный ход Прохождение дистанции до 4,5км.	<b>1</b>	
<b>42</b>			Коньковый ход.	<b>1</b>	
<b>43</b>			Одновременный одношажный ход (стартовый вариант)	<b>1</b>	
<b>44</b>			Торможение и поворот упором	<b>1</b>	
<b>45</b>			Одновременный одношажный ход (стартовый вариант)	<b>1</b>	
<b>46</b>			Совершенствовать лыжные ходы на дистанции 4км.	<b>1</b>	
<b>47</b>			Коньковый ход Прохождение дистанции до 4,5 км	<b>1</b>	
<b>48</b>			Элементы единоборств.	<b>1</b>	
<b>49</b>			Стойки и передвижение в стойке.	<b>1</b>	
<b>50</b>			Захваты рук и туловища (м), акробатические упражнения (д).	<b>1</b>	
<b>51</b>			Игра «Выталкивание из круга»	<b>1</b>	
<b>52</b>			Борьба за предмет(м), акробатика	<b>1</b>	
<b>53</b>			Игра «Перетягивание в парах»	<b>1</b>	
			<b>IV ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>13</b>	
			<b>СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ</b>	<b>5</b>	
<b>54</b>			Броски одной и двумя руками в прыжке.	<b>1</b>	
<b>55</b>			Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4 на одну корзину	<b>1</b>	

<b><u>1</u></b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>56</b>			Взаимодействие трех игроков (тройка и малая восьмерка)	<b>1</b>	
<b>57</b>			Учебная игра в баскетбол.	<b>1</b>	
<b>58</b>			Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон».	<b>1</b>	
			<b>ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА</b>	<b>8</b>	
<b>59</b>			Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой.	<b>1</b>	
<b>60</b>			Бег 30 м, 100м. Медленный бег 6мин.	<b>1</b>	
<b>61</b>			Разучить прыжок в длину с разбега в 15-20 шагов. Медленный бег до 7мин.	<b>1</b>	
<b>62</b>			Закрепить прыжок в длину с разбега в 15-20 шагов. Медленный бег до 7мин.	<b>1</b>	
<b>63</b>			Совершенствовать прыжок в длину с разбега в 15-20 шагов.	<b>1</b>	
<b>64</b>			Упражнения в парах на сопротивление. Старты. Бег - 60м - учет.	<b>1</b>	
<b>65</b>			Метание мяча на дальность с 4-5 шагов. Медленный бег 6мин.	<b>1</b>	
<b>66</b>			Учёт по метанию мяча на дальность. Километры здоровья. Тестирование. Подведение итогов	<b>1</b>	

## **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ.**

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

*Качественные критерии успеваемости* характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

*Количественные критерии успеваемости* определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учителя реализуют не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

**И т о г о в а я о т м е т к а** выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

**К р и т е р и и о ц е н и в а н и я у с п е в а е м о с т и** по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

### **I. Знания**

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

С целью проверки знаний используются следующие м е т о д ы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка 5 (12, 13, 14)	Оценка 4 (9, 10, 11)	Оценка 3 (6, 7, 8)	Оценка 2 (5, 4, 2)
За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За непонимание и незнание материала программы

## II. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие м е т о д ы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

Оценка 5 (12, 13, 14)	Оценка 4 (9, 10, 11)	Оценка 3 (6, 7, 8)	Оценка 2 (5–1)
1	2	3	4
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, 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	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка



### III. Владение способами

#### и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка 5 (12, 13, 14)	Оценка 4 (9, 10, 11)	Оценка 3 (6, 7, 8)	Оценка 2 (5–1)
<p>Учащийся умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– самостоятельно организовать место занятий;</li> <li>– подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях;</li> <li>– контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги</li> </ul>	<p>Учащийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью;</li> <li>– допускает незначительные ошибки в подборе средств;</li> <li>– контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги</li> </ul>	<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>

### IV. Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка 5 (12, 13, 14)	Оценка 4 (9, 10, 11)	Оценка 3 (6, 7, 8)	Оценка 2 (5–1)
<p>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</p>	<p>Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста</p>	<p>Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту</p>	<p>Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности</p>

показателях физической подготовленности за определенный период времени			
--	--	--	--

(При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки.)

*Общая оценка успеваемости* складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике – путем сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

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