Приложение
к основной образовательной программе
начального общего образования
МАОУ «СОШ № 3» г. Горнозаводска

Рассмотрена и принята
Педагогическим советом
(Протокол №1 от 28.08.2026)

Утверждаю.
Директор: Дёмина Н.И.
Приказ №08-03/400 от 31.08.2026

Рабочая программа
учебного предмета «Физическая культура»
для обучающихся 1-4 классов
на 2026-2027 учебный год

г. Горнозаводск. 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

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

В программе по физической культуре нашли свое отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счет овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными

играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят свое отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать свое содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения,

основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные ее содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры по вариантам 2(2) федерального учебного плана, – 204 часов: в 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики.

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка.

12 часов Лыжной подготовки, распределены: Легкая атлетика-2 ч., Подвижные игры-4 ч., *Прикладно-ориентированная физическая культура-4ч., и Оздоровительная физическая культура-2ч., так как в школе нет лыжной базы.*

Легкая атлетика.

Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лежа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полета Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Подвижные игры.

Подвижные игры с техническими приемами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

Способы самостоятельной деятельности

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики.

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приема. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперед, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноименным способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью.

Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

Легкая атлетика.

Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег, бег с преодолением препятствий, с ускорением и торможением, максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Лыжная подготовка.

12 часов Лыжной подготовки, распределены: Легкая атлетика-2 ч., Подвижные игры-4 ч., *Прикладно-ориентированная физическая культура-4ч., и Оздоровительная физическая культура-2ч., так как в школе нет лыжной базы.*

Плавательная подготовка.

12 часов Плавательная подгатовка распределена: Легкая атлетика -4 ч., Подвижные игры -4ч., Способы самостоятельной деятельности -2ч., и Гимнастика с основами акробатики -2ч., так как в школе нет бассейна.

Подвижные и спортивные игры.

Подвижные игры на точность движений с приемами спортивных игр . Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, прием и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

4 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

Способы самостоятельной деятельности

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики ее нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счет упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоемах, солнечные и воздушные процедуры.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики.

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъем переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Легкая атлетика. Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Лыжная подготовка.

12 часов Лыжной подготовки, распределены: Легкая атлетика-2 ч., Подвижные игры-4 ч., *Прикладно-ориентированная физическая культура-4ч., и Оздоровительная физическая культура-2ч., так как в школе нет лыжной базы.*

Плавательная подготовка.

12 часов Плавательная подгатовка распределена: Легкая атлетика -4 ч., Подвижные игры -4ч., Способы самостоятельной деятельности -2ч., и Гимнастика с основами акробатики -2ч., так как в школе нет бассейна.

Подвижные и спортивные игры.

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, прием и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

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

становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание ее связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

2 КЛАСС

По окончании 2 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские действия:

характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;

понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;

выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;

обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;

вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры ее положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);

исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;

выполнять небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация и самоконтроль:

соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учетом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки);

выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;

взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;

контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

3 КЛАСС

По окончании 3 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские действия:

понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;

объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы ее регулирования на занятиях физической культурой;

понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;

обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;

вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;

правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;

активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;

выполнять небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация и самоконтроль:

контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;

взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;

оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

4 КЛАСС

По окончании 4 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские действия:

сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;

выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;

объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;

использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;

оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация и самоконтроль:

выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;

самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учетом собственных интересов;

оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать свое суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;

измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;

выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;

демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;

выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;

организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приемов из спортивных игр;

выполнять упражнения на развитие физических качеств.

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, игровой подготовки;

демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;

измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по ее значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;

выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;

выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;

выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперед;

передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноименным способом;

демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;

демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;

выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;

выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (прием мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;

осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;

приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и легкой атлетикой;

проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);

демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;

демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;

выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;

выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;

выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3			
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	4			
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	3			
Итого по разделу		4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			
2.2	Легкая атлетика	17			
2.3	Подвижные игры	24			
Итого по разделу		53			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					

3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	4			
Итого по разделу		4			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	2			
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	2			
2.3	Физическая нагрузка	2			
Итого по разделу		6			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Закаливание организма	2			
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	2			
Итого по разделу		4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			
2.2	Легкая атлетика	16			
2.3	Подвижные и спортивные игры	24			

Итого по разделу		54			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2			
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3			
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	3			
Итого по разделу		6			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	2			
1.2	Закаливание организма	2			
Итого по разделу		4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			
2.2	Легкая атлетика	16			

2.5	Подвижные и спортивные игры	24			
Итого по разделу		50			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2			
Итого по разделу		6			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1				
2	Зарождение Олимпийских игр	1				
3	Современные Олимпийские игры	1				
4	Физическое развитие	1				
5	Физические качества	1				
6	Развитие координации движений	1				
7	Дневник наблюдений по физической культуре	1				
8	Закаливание организма	1				
9	Утренняя зарядка, составление индивидуальных комплексов	1				
10	Утренняя зарядка, составление индивидуальных комплексов	1				
11	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1				
12	Строевые упражнения и команды	1				
13	Строевые упражнения и команды	1				
14	Прыжковые упражнения	1				
15	Гимнастическая разминка	1				
16	Ходьба на гимнастической скамейке	1				

17	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине - мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				
18	Упражнения с гимнастической скакалкой	1				
19	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. ПОдтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см - девочки	1				
20	Упражнения с гимнастическим мячом	1				
21	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				
22	Танцевальные гимнастические движения	1				
23	Освоение правил и техники выполнения нормативами комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				
24	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				

25	Броски мяча в неподвижную мишень	1				
26	Броски мяча в неподвижную мишень	1				
27	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель	1				
28	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель	1				
29	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				
30	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				
31	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				
32	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				
33	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				
34	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности	1				

35	Бег с поворотами и изменением направлений	1				
36	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3х10 м	1				
37	Сложно координированные беговые упражнения	1				
38	Сложно координированные беговые упражнения	1				
39	Освоение правила и техники выполнения нармотивного комплекса ГТО. Бег на 30 м	1				
40	Игры с приемами баскетбола	1				
41	Игры с приемами баскетбола	1				
42	Игры с приемами баскетбола	1				
43	Игры с приемами баскетбола	1				
44	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				
45	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				
46	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				
47	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				
48	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				
49	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				

50	Прием «волна» в баскетболе	1				
51	Прием «волна» в баскетболе	1				
52	Прием «волна» в баскетболе	1				
53	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				
54	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				
55	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				
56	Гонка мячей и слалом с мячом	1				
57	Гонка мячей и слалом с мячом	1				
58	Гонка мячей и слалом с мячом	1				
59	Футбольный бильярд	1				
60	Футбольный бильярд	1				
61	Футбольный бильярд	1				
62	Бросок ногой	1				
63	Бросок ногой	1				
64	Бросок ногой	1				
65	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1				
66	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				
67	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1				

68	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1				
2	История появления современного спорта	1				
3	Виды физических упражнений	1				
4	Виды физических упражнений	1				
5	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1				
6	Дозировка физических нагрузок	1				
7	Дозировка физических нагрузок	1				
8	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1				
9	Закаливание организма под душем	1				
10	Закаливание организма под душем	1				
11	Дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз	1				
12	Дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз	1				
13	Строевые команды и упражнения	1				
14	Лазанье по канату	1				

15	Передвижения по гимнастической скамейке	1				
16	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см - девочки	1				
17	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см - девочки	1				
18	Передвижения по гимнастической стенке	1				
19	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				
20	Прыжки через скакалку	1				
21	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				
22	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				

23	Ритмическая гимнастика	1				
24	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				
25	Танцевальные упражнения из танца голоп	1				
26	Танцевальные упражнения из танца полька	1				
27	Прыжок в длину с разбега	1				
28	Прыжок в длину с разбега	1				
29	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				
30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				
31	Броски набивного мяча	1				
32	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель	1				
33	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель	1				

34	Челночный бег	1				
35	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3х10 м	1				
36	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3х10 м	1				
37	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				
38	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				
39	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1				
40	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1				
41	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1				
42	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1				
43	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1				

44	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				
45	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				
46	Спортивная игра баскетбол	1				
47	Спортивная игра баскетбол	1				
48	Спортивная игра баскетбол	1				
49	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				
50	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				
51	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				
52	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				
53	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				
54	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				
55	Спортивная игра волейбол	1				
56	Спортивная игра волейбол	1				
57	Спортивная игра волейбол	1				
58	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				

59	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				
60	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				
61	Спортивная игра футбол	1				
62	Спортивная игра футбол	1				
63	Спортивная игра футбол	1				
64	Подвижные игры с приемами футбола	1				
65	Подвижные игры с приемами футбола	1				
66	Подвижные игры с приемами футбола	1				
67	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				
68	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1				
2	Из истории развития национальных видов спорта	1				
3	Самостоятельная физическая подготовка	1				
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1				
5	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1				
6	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1				
7	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1				
8	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры и оказание первой помощи при травмах	1				

9	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1				
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1				
11	Закаливание организма	1				
12	Закаливание организма	1				
13	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1				
14	Акробатическая комбинация	1				
15	Акробатическая комбинация	1				
16	Акробатическая комбинация	1				
17	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				
18	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				
19	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				
20	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				

21	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				
22	Обучение опорному прыжку	1				
23	Обучение опорному прыжку	1				
24	Упражнения на гимнастической перекладине	1				
25	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки	1				
26	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки	1				
27	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				
28	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				
29	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				

30	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				
31	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1				
32	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				
33	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				
34	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				
35	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1				
36	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1				
37	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1				
38	Беговые упражнения	1				
39	Метание малого мяча на дальность	1				
40	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150 г	1				

41	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1				
42	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1				
43	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1				
44	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1				
45	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1				
46	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель	1				
47	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				
48	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				
49	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				
50	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				
51	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				

52	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				
53	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				
54	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				
55	Упражнения из игры волейбол	1				
56	Упражнения из игры волейбол	1				
57	Упражнения из игры волейбол	1				
58	Упражнения из игры волейбол	1				
59	Упражнения из игры баскетбол	1				
60	Упражнения из игры баскетбол	1				
61	Упражнения из игры баскетбол	1				
62	Упражнения из игры баскетбол	1				
63	Упражнения из игры футбол	1				
64	Упражнения из игры футбол	1				
65	Упражнения из игры футбол	1				
66	Упражнения из игры футбол	1				
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники	1				

	выполнения испытаний (тестов) 3 ступени					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

Критерии
оценивании и аттестации обучающихся по предмету
«Физическая культура»

Допуск обучающихся к занятиям физическая культура

На уроки физической культуры к практической части допускаются только обучающиеся, имеющие при себе спортивную форму в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока, согласно требованиям техники безопасности и охраны труда.

Во время урока физической культуры обучающийся, освобожденный от практических занятий находится на уроке физкультуры согласно расписанию в помещении спортивного зала или на спортивной площадке под присмотром учителя физической культуры. Учитель физической культуры определяет вид занятий с освобожденными от практических занятий обучающимися на предстоящий урок: оказание посильной помощи в судействе или организации урока, теоретическое изучение материала (по учебнику и другим источникам, в том числе электронным), запланированного в рабочей программе и т.п.

В отдельных случаях во время урока физической культуры обучающийся, освобожденный от практических занятий, по заявлению родителей и решению администрации школы, находится с классным руководителем.
Для таких учеников теоретические задания учителя физической культуры размещают в электронном журнале в разделе «Домашнее задание».

При пропуске уроков физической культуры обучающийся, не освобожденный от практических занятий, либо освобожденный, но не представивший заявление родителей по прилагаемым формам, обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который передаётся классному руководителю или учителю физической культуры.

Если учащийся не имеет спортивной формы:
он к практическим занятиям физической культурой не допускается,
он должен находиться на уроке физической культуры, теоретически изучать учебный материал, запланированный в рабочей программе, и выполнять все указания учителя физкультуры. Неудовлетворительная оценка за отсутствие спортивной формы на уроке ученику ***не выставляется.***

Если ученик не приносит спортивную форму на урок физической культуры, учитель обязан через классного руководителя донести эту информацию до родителей (законных представителей) обучающегося.

ПОРЯДОК ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Текущее оценивание обучающихся, посещающих уроки физической культуры:
оценивание учащихся 2-11 классов происходит по 5-балльной системе;
оценивание учащихся 1 класса – словесное (безотметочное).

При выставлении отметки учитывается старание учащегося, его способности, физическая подготовка, знание теоретического учебного материала.

Итоговое оценивание происходит на основе текущих отметок, полученных обучающимся в течение четверти (полугодия), сдачи нормативов, промежуточной аттестации. Количество текущих отметок для выставления итоговой отметки за четверть – не менее 3.

Оценивание обучающихся 2-11 классов, освобожденных от практических занятий физической культурой на длительный срок или освобожденных после болезни:

если обучающийся имеет освобождение, но присутствует на уроке физкультуры и выполняет посильные задания учителя, то оценивание происходит на уроке;
если обучающийся имеет освобождение от практических занятий физкультурой и обоснованно не присутствует на уроках физкультуры, то выставление отметки происходит на основании выполнения домашних письменных заданий или по результатам теоретического тестирования.

Для организации теоретического тестирования учитель после представления справки об освобождении от практических занятий физкультурой или обоснованного заявления от родителей (законных представителей) (подтвержденного в дальнейшем справкой от врача) выдает задание по изучаемой теме, вопросы или тесты, темы сообщений (рефератов), задания. На следующем уроке обучающийся сдает материал устно или письменно и получает оценку за предыдущий урок.

ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ И ВЫПОЛНЕНИЮ ПИСЬМЕННОГО ДОМАШНЕГО ЗАДАНИЯ

Письменные сообщения готовят обучающиеся 5-8 классов, рефераты – обучающиеся 9-11 классов.

Тема письменного сообщения, реферата определяется учителем физкультуры. Выдаваемые теоретические задания соответствуют программе, результатам обучения и возрасту обучающегося. Учитель, предлагая тему реферата, знакомит с правилами его оформления, составляет с учеником план реферата.
Если обучающийся освобождён от практических занятий физкультурой на длительное время (четверть, полугодие, год), то ему необходимо выполнить не менее 3 письменных домашних работ за четверть. Если учащийся освобождён от практических занятий на короткое время (1-2 недели), то ему достаточно выполнить за этот срок одну письменную работу.

Письменное сообщение, реферат являются самостоятельной работой обучающегося. Письменное сообщение готовится в объеме не более 2-х страниц печатного текста (14 шрифт, 1,5 интервал). Оформление реферата производится в следующем порядке: титульный лист; оглавление; введение; основная часть, разбитая на главы и параграфы; список литературы; приложения (таблицы, схемы, рисунки, графики). Объем реферата – не более 10 страниц (14 шрифт, 1,5 интервал).

При оценивании письменного сообщения, реферата учитывается:
правильность оформления;
соответствие содержания поставленным перед обучающимся задачам;
устный ответ (краткий обзор письменной работы, ответы на вопросы по письменной работе).Реферат проходит процедуру устной защиты основных положений. Защита реферата происходит в присутствии комиссии, состоящей из двух учителей физической культуры и завуча школы.

По итогам защиты реферата в журнал выставляются две оценки: одна – за качество выполнения реферата, вторая – за устную его защиту.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Оценке подлежат только показанные обучающимся приобретённые им знания, умения и навыки. Отсутствие спортивной формы, равно как и её наличие, не оценивается.
Обучающийся основной и подготовительной групп оцениваются на уроках физической культуры – *5 (отлично)*, в зависимости от следующих конкретных условий:

выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе, соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений;
обучающийся, имеет выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающегося, которые замечены учителем;
постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков и умений, в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия;
успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре, для своего возраста; (Приложение 2)
выполняет все теоретические задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказания посильной помощи в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, а также овладел необходимыми теоретическими навыками и знаниями в области физической культуры.

Обучающийся основной и подготовительной групп оцениваются на уроках физической культуры – *4 (хорошо)*, в зависимости от следующих конкретных условий:
выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе, соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений;
обучающийся учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем;
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; (Приложение 2)
выполняет все теоретические задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказания посильной помощи в судействе или организации урока, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Обучающийся основной и подготовительной групп оцениваются на уроках физической культуры – *3 (удовлетворительно)*, в зависимости от следующих конкретных условий:

Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе, соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений;
обучающийся, 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;
продемонстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти, полугодия;
Успешно сдаёт или подтверждает 50% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре, для своего возраста; (Приложение 2)
частично выполняет все теоретические задания учителя, частично овладел навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Обучающийся основной и подготовительной групп оцениваются на уроках физической культуры - *2 (неудовлетворительно)*, в зависимости от следующих конкретных условий:

Не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры;

обучающийся, не имеющий выраженных отклонений в состоянии здоровья, при этом не имеет стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями. Нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем физической культуры;

не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств;

не выполнял теоретические задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

4.6 Оценивание учащихся с ОВЗ или временно освобожденных.

К учащимся временно освобожденным, учащимся с ОВЗ и инвалидам применяется индивидуальный и дифференцированный подход.

Оценка ставится:

за выполнение упражнений, которые рекомендованы в медицинских справках,

за выполнение творческих заданий (составление и разгадывание кроссвордов, доклады, рефераты, составление и выполнение тестовых заданий на тему «Физкультура и спорт»),

за ответы по теоретическим заданиям, предусмотренных рабочей программой и учебниками по физической культуре;

за помощь в организации и проведении урока (судейство, организация мест для проведения спортивных и подвижных игр, соревнований и т.п.)

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти, полученных учеником за все составляющие: знания, двигательные умения и навыки, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, уровень физической подготовленности.

ПОРЯДОК ВЫСТАВЛЕНИЯ ОЦЕНОК ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ЖУРНАЛ

Если обучающийся имеет освобождение от практических занятий физической культурой, но присутствует на уроке и выполняет посильные задания учителя, то оценка за урок выставляется в журнал на основании выполненной работы.

Если обучающийся имеет освобождение от практических занятий физической культурой и обоснованно не присутствует на уроках физкультуры, то в журнале после сдачи теоретических тестов и проверки письменного домашнего задания, учитель выставляет отметки на дату проведённого урока.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура: 1 класс: учебник / А. П. Матвеев – 14 изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2023.

Физическая культура: 2 класс: учебник / А. П. Матвеев – 13 изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2023.

Физическая культура: 3 класс: учебник / А. П. Матвеев – 5 изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2023.

Физическая культура: 4 класс: учебник / А. П. Матвеев – 5 изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2023.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Уроки физической культуры: 1–4-е классы: методические рекомендации/А. П. Матвеев.- 2-е изд., перераб. — Москва: Просвещение, 2023.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ:

1. Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
2. ГТО: https://www.gto.ru/?%ED=