**Пояснительная записка**

Адаптированная рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 6 класса разработана на основе следующих нормативно - правовых документов:

* Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ).
* Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказоv Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. № 1599
* Примерная адаптированная основная образовательная программа образования

обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на основе

ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными

нарушениями) от 30.03.2015 г.

* СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ № 29 от 10.07.2015 г.
* Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)".

**Составлена с учётом:**

* ООП ООО МБОУ «СОШ с. Холоднородниковское» им. Б.И. Инамукова,
* Учебного плана МБОУ «СОШ с. Холоднородниковское» им. Б.И. Инамукова на 2023-2024 учебный год.

**Целью рабочей программы** по физической культуры является формирование разносторонние физическое развитие личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация данной цели связана с решением следующих **образовательных задач:**

* содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
* обучение основам базовых видов двигательных действий;
* дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
* формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
* выработка представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
* углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
* воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
* выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

 **Общая характеристика учебного предмета** Предметом обучения физической культуре является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.
 Важнейшим требованием поведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития физических свойств и качеств, соблюдение гигиенических норм.

 **Особенности организации учебной деятельности по предмету**.

 В зависимости от поставленных на уроке задач, темы урока можно проводить уроки-беседы, интегрированные уроки, смешанные уроки с использованием наглядных и практических методов, домашние практические работы. Главным на всех уроках должна быть активная самостоятельная работа учащихся.

 Для достижения поставленных задач можно использовать различные методы обучения. Учитель сам подбирает задания учащимся в порядке возрастания сложности. На уроках широко используются наглядные и практические методы, познавательные игры, соревновательное обучение, занимательные исторические факты.

 В зависимости от методов обучения можно использовать различные формы обучения: индивидуальная форма работы, работа в парах, групповое взаимодействие, игровая деятельность, соревновательное обучение.

 **Место учебного предмета в учебном плане.**

Настоящая программа составлена для учащихся 6 класса, находящихся на индивидуальном обучении по медицинским показаниям, поэтому несколько отличается от основной программы и рассчитана всего на 0,25 часа в неделю – 9 часов в год.

 **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.** В соответствии с требованиями к результатам освоения основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта будут достигнуты следующие результаты:

**Личностные.**

**у учащихся будут сформированы:** - положительное отношение к физической культуре как важной части общей культуры; -понимание ценностей человеческой жизни, значение физической культуры для укрепления здоровья человека ( физического, социального и психологического); - понимание позитивного влияния физической культуры на развитие человека ( физическое, социальное, эмоциональное), физической культуры и здоровья как факторов успешной учебы и социализации; - уважение к достижениям российских спортсменов в истории физической культуры и спорта ; - самостоятельность выполнения личной гигиены; - способность проявлять волю во время выполнения физических упражнений, трудолюбие, упорство, развитие физических качеств; -понимание личной ответственности за свое поведение в командных соревнованиях, в подвижных играх( на основе правил и представлений о нравственных нормах); - понимание причин успеха в физической культуре, способность к самооценке; **учащиеся получат возможность для формирования:**  - мотивации к овладению умениями организовывать (режим дня, утренняя зарядка, подвижные игры и т.д.); - мотивация систематическому наблюдению за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья( рост, вес и т.д.); - стремление к совершенствованию физического развития;

**Предметные.**   **Учащиеся научаться: -** руководствоваться правилами поведения на уроках физической культуры; - рассказывать об истории - составлять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств, основываясь на правилах; **Учащиеся получат возможность научиться: -** определять изменения в сердечной и дыхательной системах организма, происходящие под влиянием занятий физической культурой; -определять способы регулирования физической нагрузки; - самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие определенных физических качеств; **Метапредметные.**

**Регулятивные.** – самостоятельно выполнять упражнения направленные на развитие физических качеств; - планировать свои действия во время подвижных игр; - следовать при выполнении физических упражнений инструкциям учителя и последовательности стандартных действий; - руководствоваться определенными техническими приемами на уроках физической культуры; - планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации ( под руководством учителя) - находить ошибки при учебных заданий и уметь их исправлять; **Учащиеся получат возможность научиться: -** ставить собственные цели и задачи по развитию физических качеств;

 -осмысленно выбирать способы и приемы действий при выполнении физических упражнений; - самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнидеятельность ( режим дня, утренняя зарядка, оздоровитеные мероприятия и т.д.);

 - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

**Познавательные.**

**Учащиеся научаться:** - находить нужную информацию, используя словарь учебника, дополнительную познавательную литературу справочного характера; - различать виды упражнений, виды спорта; - устанавливать и объяснять связь между физической культурой и здоровьем человека; - соотносить физические упражнения с развитием определенных физических качеств и группировать их; **Учащиеся получат возможность научиться:** - осуществлять поиск необходимой информации по разным видам спорта, используя различные справочные материалы, учебные пособия, библиотеки и интернет; - понимать символику и атрибутику Олимпийских игр; - различать и группировать виды спорта, входящие в летние и зимние Олимпийские игры**; Коммуникативные. Учащиеся научаться: -** высказывать собственное мнение о значении физической культуры для здоровья человека; -задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений; -договариваться и приходить к общему решению; - дополнять или отрицать суждения, приводить примеры; **Учащиеся получат возможность: -** задавать вопросы на понимание технических приемов, способов; вопросы, необходимые для организации работы; - аргументировать собственную позицию и координировать ее с позиции партнера; - оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

 **Содержание учебного предмета, курса.**

**1.**Влияние возрастных особенностей на физическое развитие и физическую подготовку. Личная гигиена в процессе занятий физическими упражнениями. История возникновения и развития физической культурой. **2.Базовые понятия физической культуры. –**всестороннее развитие человека **-**адаптивная гимнастика -спортивная подготовка -здоровье и здоровый образ жизни **3.**  **Физическая культура человека** - правила проведения самостоятельных занятий физической культурой. – правила проведения самостоятельных занятий спортом. –восстановительные процедуры. **4.Физическое совершенствование** ( физкультурно-оздоровительная деятельность) - составление индивидуальных комплексов в зависимости от особенностей физического развития. **5.Оценка эффективности занятий физической культурой**. –дневник самонаблюдения -правила ведения дневника самонаблюдения.

**В процессе обучения применяются методы физического воспитания:**

* Словестный метод (объяснение, указания, команда, убеждение);
* Наглядный метод ( демонстрация);
* Используются современные образовательные технологии ( корригирующих и коррекционных упражнений);
* Личностно – ориентированное и дифференцированное обучение ( применение тестов и заданий);
* Информационно – коммуникационные технологии ( показ презентаций для улучшения мотивации к занятиям физическими упражнениями и в приобретении знаний основ физической культуры);

 **Распределение учебного времени прохождения программного материала**

**по физической культуре для обучающихся индивидуально 6 класс**

|  |
| --- |
|  |
|
|
|

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **№** | **Вид программного материала** | **Количество часов** |
| **1** | **Основы знаний** |  **4** |
| 1.1 | Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. |   2  |
| 1.2 | Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культурой |   1  |
| 1.3 | Режим дня и его основное содержание |  1 |
| 1.4 | Первая помощь и самопомощь во время занятий физическими культурой и спортом  |   1  |
| **2** | **Двигательные умения и навыки** |  **4** |
| 2.1 | Гимнастика |  1 |
| 2.2 | Баскетбол |  1 |
| 2.3 | Лыжная подготовка |  1 |
| 2.4 | Легкая атлетика |  1 |
| **3** | **Развитие двигательных способностей.**  |  **1**  |
| 3.1 | Организация и проведение пеших туристических походов. Техника безопасности и бережное отношение к природе**.** |  1 |
|  |  |  **9** |

 **Описание материально-технической базы.**

-Мячи: баскетбольные

 Волейбольные

 футбольные

 резиновые(малые)

 набивные

 -Скакалки

-Обручи

-Маты

-Кегли

-Ракетки для тенниса

-Воланчики

-Мячи (маленькие) для тенниса

-Палочки для эстафеты

- Гантели

-Флажки

-Гимнастические палки

-Лыжи

-Кубики

-Гранаты

-Конусы

-Столы для тенниса

-Тренажеры

 **Учебно – методическое обеспечение.**

Для учителя:

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 5-9 классы. Пособие для учителей общеобразовательных организаций. 4-е издание Москва «Просвещение» 2014

Для учащихся:

 2. В.И.Лях. Физическая культура. 8-9 классы. Учебник для общеобразовательных организаций. Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации 3-е издание Москва «Просвещение»2015

**Картотека:** карточки с

-**у**тренней гимнастикой

-упражнения со скакалкой

-домашнее задание

-веселые конкурсы

-комплекс упражнений для юношей 9-11кл.

-игры

-опорные прыжки

-техника кувырка

-упражнения с обручем

-лыжная подготовка

-ОФП методом круговой тренировки

-веселые старты

-элементы в равновесии

-веселые старты

-упражнения с набивными мячами

-стойки

-элементы волейбола

- элементы баскетбола

- элементы футбола

-висы

-кувырки

-упражнения на гимнастической скамейки

-упражнения на ориентирование

-упражнения с гантелями

.

.

 **Планируемые результаты обучения учебного материала.**

По окончании изучения курса « Физическая культура» у учащегося должны быть достигнуты определенные результаты. **Теоретическая подготовка. -** иметь первоначальное представление об анатомическом строении человека, знать правила гигиены; – использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека; - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и их способов устранения;

 **Личностные результаты.**  – формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества; - формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; - развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; - развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствам других людей; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

 **Метапредметные результаты.** – овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата; - определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;  **Предметные результаты. –** формированиепервоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека ( физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека ( физическое, интеллектуальное, эмоциональное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации; - овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнидеятельность ( режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия); - формирование навыки систематического наблюдения за своими физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

 Учебно-тематическое планирование по физической культуре 6 класс,

для обучающихся индивидуально по медицинским показаниям.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п  | Тема урока  | Кол-во часов  | Элементы содержания  |  Планируемые результаты | Вид контроля  | Д/3  | Дата проведения  |
| план  | факт  |
| Предметные | Метапредметные УУД | Личностные УУД |
| 1  | 2 | 3 | 5 | 6  | 7 |  | 8  | 9 | 10 | 10  |
| 1 | Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. | 1 | Зарождение Олимпийских игр древности (виды состязаний, правила их проведения, известные участники и победители) | Знать, как охарактеризовать Олимпийские игры древности (виды состязаний, правила их проведения, известные участники и победители) | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, уметь работать **Регулятивные:** определять новый уровень отношений к самому себе, как субъекту деятельности, находить необходимую информацию **Познавательные:** рассказать об зарождение Олимпийских игр древности | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Индивидуальный | Нарисовать символику Олимпийских игр. |  |  |
|   2 | Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культурой |  1 | Правильная и неправильная осанка, упражнения для сохранения и поддержания правильной осанки, подбор спортивного инвентаря для занятий физическими упражнениями дома. | Знать , какой бывает осанка, упражнения для поддержания правильной осанки, подбор инвентаря. | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, уметь работать **Регулятивные:** определять новый уровень отношений к самому себе, как субъекту деятельности, находить необходимую информацию **Познавательные:** уметь рассказать о правильной и неправильной осанке, об упражнениях для сохранения и поддержания правильной осанки, о подборе спортивного инвентаря для занятий физическими | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Индивидуальный | Написать реферат на тему « Влияние физических упражнений на организм человека. Составить комплекс утренний гимнастики |  |  |
|   3 | Режим дня и его основное содержание |   1 | Здоровье и здоровый образ жизни, слагаемые здоровый образ жизни. Режим дня. Утренняя гимнастика. | Знать о здоровом образе жизни, знать, как правильно составлять режим дня, правильно составлять комплекс утренней гимнастики. | **Коммуникативные:** адекватно использовать речевые средства для дискуссии, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной и письменной форме. **Регулятивные:** формирование настойчивости и целеустремленности, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей. **Познавательные:** рассказатьо здоровом образе жизни**,** уметь составлять режим дня, правильно составлять комплекс утренней гимнастики | Развитие этических чувств, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, | Индивидуальный | Составить режимдня и записать втетрадь. |  |  |
| 4   | Первая помощь и самопомощь во время занятий физическими культурой и спортом |   1 | Травмы, чаще всего встречающие во время занятий физическими упражнениями ( ушибы, раны, ссадины и т.д.) | Знать, какие травмы бывают во время физическими занятиями, первая помощь при травматизме. | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать вои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** определять новый уровень отношений к самому себе, как субъекту деятельности, находить необходимую информацию **Познавательные:** рассказать какие травмы бывают во время физических занятиях, уметь оказывать первую помощь при травме. | Развитие этических чувств, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, | Индивидуальный | Написать реферат на тему «Гимнастика и её виды» |  |  |
|   5 | Краткая характеристика вида спорта (гимнастика) | 1 | История гимнастика; спортивная, художественная гимнастика, аэробика, спортивная аэробика. | Знать историю гимнастики и выдающихся отечественных спортсменов, различия каждого из видов гимнастики. | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать вои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** определять новый уровень отношений к самому себе, как субъекту деятельности, находить необходимую информацию **Познавательные:** рассказать историю гимнастики и выдающихся отечественных спортсменов, различия каждого из видов гимнастики. | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях | Индивидуальный | Составить реферат. Тема: « Баскетбол» |  |  |
|  6 | История баскетбола, основные правила игры в баскетбол | 1 | История баскетбола, основные правила игры в баскетбол, выдающиеся спортсмены. | Знать историю баскетбола, основные правила игры в баскетбол, выдающихся спортсменов. | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать вои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** формирование настойчивости и целеустремленности, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей. **Познавательные:** рассказать историю баскетбола, основные правила игры в баскетбол, выдающихся спортсменов. | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Индивидуальный | Написать реферат. Тема « Лыжная подготовка» |  |  |
| 7 | Лыжная подготовка | 1 | История возникновения лыжного спорта; спортивный инвентарь, одежда и обувь | Знать историю возникновения лыжного спорта, знать выдающихся спортсменов, как выбирать лыжный инвентарь, одежду и обувь | **Коммуникативные:** адекватно использовать речевые средства для дискуссии, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной и письменной форме. **Регулятивные:** формирование настойчивости и целеустремленности, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей. **Познавательные:** рассказать историю возникновения лыжного спорта, знать выдающихся спортсменов, как выбирать лыжный инвентарь, одежду и обувь. | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Индивидуальный | Составлениеиндивидуальногокомплексаупражнений наразвитие силы |  |  |
| 8 | История легкой атлетики, какие виды включает в себя легкая атлетика, выдающиеся отечественные спортсмены.  | 1 | История возникновения легкой атлетики, виды легкой атлетики, выдающиеся отечественные спортсмены | Знать, история легкой атлетики, какие виды легкой атлетики существуют, знать отечественны спортсменов. | **Коммуникативные:** адекватно использовать речевые средства для дискуссии, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной и письменной форме. **Регулятивные:** определять новый уровень отношений к самому себе, как субъекту деятельности, находить необходимую информацию **Познавательные**: рассказать о легкой атлетике, о видах легкой атлетики, о выдающихся отечественных спортсменах | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Индивидуальный | Нарисовать рисунок на тему « Туристы и природа» |  |  |
| 9 | Организация и проведение пеших туристических походов. Техника безопасности и бережное отношение к природе**.** | 1 | Организация и проведение пеших туристических походов. Техника безопасности и бережное отношение к природе**.** | Знать, как организацию и проведение пеших туристических походов. Знать Т.Б. и бережное отношение к природе.  | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать вои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** формирование настойчивости и целеустремленности, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей. **Познавательные:** рассказать о том как можно организовать и провести пеший туристический поход, Т.Б. и про бережное отношение к природе.  | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Индивидуальный | Оформлениедневникасамонаблюдения |  |  |

.

**Критерии оценивания подготовленности учащихся по физической культуре**

 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, включёнными 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, учитель реализует не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определённый 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.

 Итоговая отметка 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.

 Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся

**1. 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 методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

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