

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Саратовской области
«Школа-интернат для обучающихся по адаптированным образовательным программам №3
г. Энгельса»

«Рассмотрено»
Руководитель МО учителей
естественно-математического
цикла
О.Ю.Кочергина
Протокол № 1 от
«30» 08 2021 г.

«Согласовано»
Заместитель директора по
УВР
С.В.Зеленская
«02» 09 2021 г.



Мухина

2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
основного общего образования
для обучающихся с нарушением слуха 6-11 классов

Срок освоения программы: 6 лет

Составитель: Михрабова О.В.

2021 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273 –ФЗ « Об образовании в Российской Федерации», требованиям государственного образовательного стандарта основного общего образования, АООП ООО ГБОУ СО «Школа-интернат АОП №3 г. Энгельса» по предмету физическая культура.

Данная программа предназначена для обучающихся с нарушением слуха 6-11 классов ГБОУ СО «Школа-интернат АОП №3 г. Энгельса».

Рабочая программа по физической культуре – это образовательная программа, адаптированная для обучения детей с нарушением слуха с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Структура рабочей программы соответствует Положению о рабочей программе школы-интерната.

Рабочая программа, учитывая продолжительность учебного года (34 недели), **рассчитана** на 102 часа в 6-11 классах, из расчета -3 учебных часа в неделю.

Класс	Учебных часов в неделю	Количество часов за учебный год
6 класс	3	102
7 класс	3	102
8 класс	3	102
9 класс	3	102
10 класс	3	102
11 класс	3	102
Итого		612

В системе образования физическая культура как учебный предмет занимает важное место в формировании физического развития личности, необходимых для повседневной жизни, знаний и навыков здорового и безопасного для человека образа жизни.

Успешность изучения предмета физическая культура связана с овладением теоретических знаний, соблюдением правил техники безопасности при выполнении физических упражнений, осознанием многочисленных связей физической культуры с другими предметами школьного курса.

Главной идеей программы является создание базового комплекса опорных знаний по физической культуре, выраженных в форме, соответствующей возрасту обучающихся. Реализация данной программы в процессе обучения позволит обучающимся укрепить и сохранить здоровье, развить физические качества и способности, приобрести определённые знания, двигательные навыки и умения.

Изучение предмета «Физическая культура» в части формирования у обучающихся мировоззрения, освоения практического применения знаний основано на межпредметных связях с предметами: «Биология», «История», «Математика», «Основы безопасности жизнедеятельности». Межпредметный характер курса позволит повысить познавательную активность школьников с нарушением слуха, развить их аналитические способности.

Контроль уровня обученности:

Основной формой проверки знаний обучающихся являются сдача контрольных нормативов после прохождения каждой темы. Другими формами контроля являются: зачёты в устной и письменной формах, тесты в рамках каждой темы урока. Мониторинг уровня обученности осуществляется по итогам тестирования в начале и в конце учебного года, сдачи контрольных нормативов после прохождения каждого раздела программы.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

При освоении программы в курсе физическая культура основной целевой установкой является ориентации на планируемые результаты: личностные, метапредметные и предметные.

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, ценностно-смысловые установки и личностные качества;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе мотивации к обучению и познанию;
- готовность и способность обучающихся к формированию ценностно-смысловых установок: формированию осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению и мировоззрению;
- формированию коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной и творческой деятельности;

Метапредметные результаты:

- овладение навыками самостоятельного приобретения новых знаний, организации учебной деятельности, постановки целей, планирования, самоконтроля и оценки результатов своей деятельности, умениями предвидеть возможные результаты своих действий;
- формирование умений воспринимать, перерабатывать и предъявлять информацию в словесной, образной, анализировать и перерабатывать полученную информацию в соответствии с поставленными задачами, выделять основное содержание прочитанного текста, находить в нем ответы на поставленные вопросы и излагать его;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации с использованием различных источников и новых информационных технологий для решения познавательных задач;
- развитие словесной речи, её обогащение терминологией, соответствующими специфике курса речевыми оборотами; совершенствование произносительных навыков на физическом материале;
- умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, разрешать конфликты, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Основные требования к обучающимся

6 класс

Обучающийся научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;

7 класс

Обучающийся научится:

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
 - руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
 - выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- Обучающиеся получают возможность научиться:*
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
 - выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;

8 класс

Обучающийся научится:

- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- обеспечивать сохранность индивидуального слухового аппарата и/или речевого процессора (для кохлеарно имплантированных обучающихся) на уроках адаптивной физической культуры и во внеурочной деятельности, в частности, при выполнении физических упражнений, на занятиях спортом в свободное от образовательно-коррекционного процесса время; оберегать процессор кохлеарного импланта и / или слуховой аппарат от ударов, пыли, влаги;
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;

9 класс

Обучающийся научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта, организуемых с участием лиц с нарушением слуха;

10 класс

Обучающийся научится:

- при выборе видов спорта руководствоваться рекомендациями врача и на этом основании осуществлять осознанный отказ от тех видов спорта, которые противопоказаны лицам с кохлеарными имплантами (например, отдельные контактные виды спорта, в т.ч. связанные с ударами по голове);
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (с учётом нормативов, установленных для лиц с нарушением слуха);
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;

11 класс

Обучающийся научится:

- сообщать основные сведения из истории Паралимпийских игр, о цели Паралимпийского движения, о Сурдлимпийских играх.
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта, организуемых с участием лиц с нарушением слуха;
- выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта;

Содержание учебного предмета

Содержание курса физическая культура, осваиваемого обучающимися с нарушением слуха, направлено на развитие психомоторных способностей с учётом индивидуальных, возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, формирование личностных качеств, укрепление и сохранение индивидуального здоровья, формирование установки на ведение здорового образа жизни.

Программа включает в себя три основных учебных раздела: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной (физкультурной) деятельности», «Физическое совершенствование», «Физкультурно-оздоровительная деятельность». *Контроль знаний, умений, навыков* учащихся осуществляется в следующих формах: выполнение упражнений в рамках контрольных нормативов.

Основное содержание курса физической культуры 6 класса составляют первоначальные знания о истории физической культуры базовых видов спорта.

Основное содержание курса физической культуры 7 класса составляют сведения обеге, видах передвижения на лыжах, владении мячом в спортивных играх.

Основное содержание курса физической культуры 8 класса составляют знания о гимнастических элементах, техники метания мяча, способах подъема на лыжах, бросках мяча в корзину, прием и передача мяча через сетку.

В содержании курса физическая культура 9 класс даны знания о всестороннем и гармоничном физическом развитии, совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции, техники передвижения на лыжах ранее изученными ходами, игры по упрощенным правилам.

В содержании курса физическая культура 10 класс даны сведения о совершенствовании техники ранее освоенных беговых и прыжковых упражнений, техники перехода с одного хода на другой, правила спортивных игр в волейболе и баскетболе.

В содержании курса физическая культура 11 класса раскрыты сведения о совершенствовании техники метания мяча, техники передвижения ранее освоенными ходами, техники прямого нападающего удара и индивидуального блокирования. Заканчивается курс обобщением знаний по физической культуре за курс основной школы.

6 класс (102ч, 3 ч в неделю)

Знания о физической культуре

История физической культуры. Физическое развитие человека. Физическая культура человека.

Способы двигательной деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Физическое совершенствование

Развитие гибкости. Дыхательная гимнастика. Гимнастика с основами акробатики. Техника выполнения кувырка вперед, назад.

Легкая атлетика. Высокий старт. Бег на длинные дистанции. Низкий старт. Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину с места. Техника метания мяча с места.

Лыжные гонки. Техника попеременного двухшажного хода. Техника поворота переступанием. Характеристика основных способов подъемов. Техника спуска в основной стойке.

Спортивные игры. Баскетбол. Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Ведение мяча. Волейбол. Прямая нижняя подача. Передача мяча сверху двумя руками.

7 класс (102ч,3 ч в неделю)

Знания о физической культуре

Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр. Закаливание организма.

Способы двигательной деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической подготовкой (безопасность мест занятий, спортивного инвентаря, одежды и обуви).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность (комплексы для коррекции фигуры, профилактики нарушения зрения, профилактики нарушения осанки).

Акробатические упражнения и комбинации.

Легкая атлетика. Старт с опорой на одну руку. Спринтерский бег. Гладкий бег. Прыжок в высоту способом «перешагивание». Метание малого мяча.

Лыжные гонки. Передвижение одновременным одношажным ходом. Торможение и поворот упором.

Спортивные игры. Баскетбол. Основные правила игры. Техника передвижения. Техника остановки прыжком. Ловля мяча после отскока от пола. Ведение мяча с изменением направления. Волейбол. Нижняя боковая подача. Прием и передача мяча

8 класс (102ч,3 ч в неделю)

Знания о физической культуре

Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу олимпийских игр. Двигательные действия и техническая подготовка. Влияние занятий физической культуры на формирование положительных качеств личности.

Способы двигательной деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Организация досуга средствами физической культуры.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики. Легкая атлетика. Эстафетный бег. Техника метания малого мяча по летящему мячу. Лыжные гонки. Передвижение одновременным одношажным ходом. Поворот переступанием. Подъем «лесенкой». Спортивные игры. Баскетбол. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения. Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Волейбол. Прием и передача мяча. Верхняя прямая подача. Игра в волейбол по упрощенным правилам.

9 класс (102ч,3 ч в неделю)

Знания о физической культуре

Цель, задачи и содержание физкультурно-оздоровительного движения. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложению.

Способы двигательной деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий спортивной подготовкой.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики. Совершенствование техники ранее разученных упражнений. Легкая атлетика. Совершенствование техники спринтерского бега, бега на средние и длинные дистанции. Совершенствование техники прыжка в длину. Совершенствование техники метания малого мяча на дальность. Лыжные гонки. Совершенствование техники передвижения на лыжах ранее изученными ходами. Совершенствование техники спусков и подъемов. Спортивные игры. Баскетбол. Техника бега с изменением направления. Техника передачи мяча одной рукой, при движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Волейбол. Техника передачи мяча сверху двумя руками вперед, над собой. Техника приема мяча двумя руками снизу. Упражнения для развития специальных физических качеств волейболиста. Игра в волейбол.

10 класс (102ч,3 ч в неделю)

Знания о физической культуре

Организация и проведение самостоятельных занятий спортивной подготовкой. Восстановительный массаж. Рациональное питание. Вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека.

Способы двигательной деятельности

Проведение самостоятельных занятий физической подготовкой

Физическое совершенствование

Акробатические упражнения и комбинации. Совершенствование техники ранее освоенных акробатических комбинаций. Легкая атлетика. Совершенствование техники ранее освоенных беговых и прыжковых упражнений, упражнения в метании малого мяча. Лыжные гонки. Техника одновременного бесшажного хода. Техника перехода с одного хода на другой. Спортивные игры. Баскетбол. Техника вырывания и выбивания мяча у соперника, перехвата мяча во время передачи, во время ведения мяча. Игра в баскетбол по правилам. Волейбол. Техника передачи мяча сверху двумя руками назад. Упражнения для развития специальных качеств волейболиста. Игра в волейбол.

11 класс (102ч,3 ч в неделю)

Знания о физической культуре

Оказание доврачебной помощи во время занятий физическими упражнениями и активного отдыха. Здоровый образ жизни как способ активной жизнедеятельности человека средствами физической культуры и спорта. *Способы двигательной деятельности*

Проведение самостоятельных занятий физической подготовкой

Физическое совершенствование

Акробатические упражнения и комбинации. Совершенствование техники ранее освоенных акробатических комбинаций. Легкая атлетика. Совершенствование техники ранее освоенных беговых и прыжковых упражнений, упражнения в метании малого мяча. Лыжные гонки. Совершенствование техники передвижения ранее освоенными ходами. Спортивные игры. Баскетбол. Совершенствование техники ранее освоенных приемов. Техника штрафного броска. Упражнения для развития специальных качеств баскетболиста. Волейбол. Совершенствование техники ранее освоенных приемов игры в волейбол. Техника прямого нападающего удара. Техника индивидуального блокирования в прыжке с места. Игра в волейбол по правилам.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6 класс

№ п/п	Раздел	Всего часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Легкая атлетика	33	Описать технику бега, выделить её отличительные признаки, демонстрировать

			технику бега. Правильно выполнять технику прыжка в длину, демонстрировать технику метания мяча в цель и на дальность
2	Гимнастика.	12	Описать технику выполнения гимнастических элементов, уметь их правильно выполнить
3	Бадминтон.	11	Освоить основные хватки ракетки. Смена хвата и работа ног. Игра у сетки и начало игры
4	Лыжные гонки.	21	Описать технику выполнения попеременно хода, поворота переступанием, основные способы подъема и спуска. Уметь демонстрировать их технику выполнения.
5	Баскетбол.	9	Демонстрировать знания по истории развития баскетбола. Описать и проанализировать правильность выполнения техники ведения и бросков мяча
6	Волейбол.	15	Демонстрировать знания по истории развития волейбола. Описать и проанализировать правильность выполнения техники передачи, приема и подачи мяча
7	Обобщение и повторение знаний и умений полученных в 6 классе	1	Повторить и закрепить знания и умения учащихся
	Итого	112	

Рабочей программой предусмотрено проведение:

№ п/п	Наименование работы	Количество часов				
		I чет.	II чет.	III чет.	IV чет.	Итого
1.	Проверочные работы (тематический контроль)	2	3	3	2	10
2.	Самостоятельные работы					
3.	Итоговое тестирование. Итоговая контрольная работа					
4.	Практические работы					
5.	Лабораторные работы					
6.	Другое (проекты, экскурсии и т.д.)					

7 класс

№ п/п	Раздел	Всего часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Легкая атлетика	33	Описать технику бега, выделить её отличительные признаки, демонстрировать технику бега. Правильно выполнять технику прыжка в длину, демонстрировать технику метания мяча в цель и на дальность
2	Гимнастика.	12	Описать технику выполнения гимнастических элементов, уметь их правильно выполнить
3	Бадминтон.	11	Освоить основные хватки ракетки. Смена хвата и работа ног. Игра у сетки и начало игры
4	Лыжные гонки.	21	Описать технику выполнения попеременно хода, поворота переступанием, основные способы подъема и спуска. Уметь

			демонстрировать их технику выполнения.
5	Баскетбол.	9	Демонстрировать знания по истории развития баскетбола. Описать и проанализировать правильность выполнения техники ведения и бросков мяча
6	Волейбол.	15	Демонстрировать знания по истории развития волейбола. Описать и проанализировать правильность выполнения техники передачи, приема и подачи мяча
7	Обобщение и повторение знаний и умений полученных в 7 классе	1	Повторить и закрепить знания и умения учащихся
	Итого	112	

Рабочей программой предусмотрено проведение:

№ п/п	Наименование работы	Количество часов				
		I чет.	II чет.	III чет.	IV чет.	Итого
1	Проверочные работы (тематический контроль)	1	2	3	3	9
2.	Самостоятельные работы					
3.	Итоговое тестирование. Итоговая контрольная работа					
4.	Практические работы					
5.	Лабораторные работы					
6.	Другое (проекты, экскурсии и т.д.)					
7.						

8 класс

№ п/п	Раздел	Всего часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Легкая атлетика	33	Описать технику бега, выделить её отличительные признаки, демонстрировать технику бега. Правильно выполнять технику прыжка в длину, демонстрировать технику метания мяча в цель и на дальность
2	Гимнастика.	12	Описать технику выполнения гимнастических элементов, уметь их правильно выполнить
3	Бадминтон.	11	Освоить основные хватки ракетки. Смена хвата и работа ног. Игра у сетки и начало игры
4	Лыжные гонки.	21	Описать технику выполнения попеременно хода, поворота переступанием, основные способы подъема и спуска. Уметь демонстрировать их технику выполнения.
5	Баскетбол.	9	Демонстрировать знания по истории развития баскетбола. Описать и проанализировать правильность выполнения техники ведения и бросков мяча
6	Волейбол.	15	Демонстрировать знания по истории развития волейбола. Описать и проанализировать правильность выполнения техники передачи, приема и подачи мяча

7	Обобщение и повторение знаний и умений полученных в 8 классе	1	Повторить и закрепить знания и умения учащихся
	Итого	102	

Рабочей программой предусмотрено проведение:

№ п/п	Наименование работы	Количество часов				
		I чет.	II чет.	III чет.	IV чет.	Итого
1	Проверочные работы (тематический контроль)	2	3	4	1	10
2.	Самостоятельные работы					
3.	Итоговое тестирование. Итоговая контрольная работа					
4.	Практические работы					
5.	Лабораторные работы					
6.	Другое (проекты, экскурсии и т.д.)					

9 класс

№ п/п	Раздел	Всего часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Легкая атлетика	33	Демонстрировать технику спринтерского и гладкого равномерного бега. Выполнять подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники метания мяча
2	Гимнастика.	12	Описать технику выполнения гимнастических элементов, уметь их правильно выполнить
3	Бадминтон.	11	Освоить основные хватки ракетки. Смена хвата и работа ног. Игра у сетки и начало игры
4	Лыжные гонки.	21	Использовать чередование разных ходов и вспомогательные технические приемы на лыжах во время прохождения дистанций
5	Баскетбол.	9	Описать и проанализировать правильность выполнения техники ведения и бросков мяча, находить ошибки и способы их исправления
6	Волейбол.	15	Использовать технические приемы игры в волейбол в условиях игры. Описать и проанализировать правильность выполнения техники передачи, приема и подачи мяча Повторить и закрепить знания и умения учащихся
7	Обобщение и повторение знаний и умений полученных в 9 классе	1	
	Итого	102	

Рабочей программой предусмотрено проведение:

№ п/п	Наименование работы	Количество часов				
		I чет.	II чет.	III чет.	IV чет.	Итого
1.	Проверочные работы (тематический контроль)	1	3	5	1	10
2.	Самостоятельные работы					
3.	Итоговое тестирование. Итоговая					

	контрольная работа					
4.	Практические работы					
5.	Лабораторные работы					
6.	Другое (проекты, экскурсии и т.д.)					

10 класс

№ п/п	Раздел	Всего часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Легкая атлетика	33	Демонстрировать технику спринтерского и гладкого равномерного бега. Выполнять бег на средние и длинные дистанции. Выполнять подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники метания мяча
2	Гимнастика.	12	Составлять индивидуальные комбинации, уметь их правильно выполнить
3	Бадминтон.	11	Освоить основные хватки ракетки. Смена хвата и работа ног. Игра у сетки и начало игры
4	Лыжные гонки.	21	Использовать чередование разных ходов, совершенствовать технику передвижения, подъемов, спусков, поворотов и торможений на лыжах.
5	Баскетбол.	9	Применять технические приемы игры в баскетболе. Описать правильность выполнения техники ведения и бросков мяча, находить ошибки и способы их исправления
6	Волейбол.	15	Применять технические приемы игры в волейболе. Описать и проанализировать правильность выполнения техники передачи, приема и подачи мяча, находить ошибки и способы их исправления
7	Обобщение и повторение знаний и умений полученных в 10 классе	1	Повторить и закрепить знания и умения учащихся
	Итого	112	

Рабочей программой предусмотрено проведение:

№ п/п	Наименование работы	Количество часов				
		I чет.	II чет.	III чет.	IV чет.	Итого
1.	Проверочные работы (тематический контроль)	1	3	5	1	10
2.	Самостоятельные работы					
3.	Итоговое тестирование. Итоговая контрольная работа					
4.	Практические работы					
5.	Лабораторные работы					
6.	Другое (проекты, экскурсии и т.д.)					

11 класс

№ п/п	Раздел	Всего часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Легкая атлетика	33	Демонстрировать технику спринтерского и гладкого равномерного бега. Выполнять подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники метания мяча

2	Гимнастика.	12	Описать технику выполнения гимнастических элементов, уметь их правильно выполнить
3	Бадминтон.	11	Освоить основные хватки ракетки. Смена хвата и работа ног. Игра у сетки и начало игры
4	Лыжные гонки.	21	Использовать чередование разных ходов и вспомогательные технические приемы на лыжах во время прохождения дистанций
5	Баскетбол.	9	Описать и проанализировать правильность выполнения техники ведения и бросков мяча, находить ошибки и способы их исправления
6	Волейбол.	15	Использовать технические приемы игры в волейбол в условиях игры. Описать и проанализировать правильность выполнения техники передачи, приема и подачи мяча Повторить и закрепить знания и умения учащихся
7	Обобщение и повторение знаний и умений полученных в 9 классе	1	
	Итого	112	

Рабочей программой предусмотрено проведение:

№ п/п	Наименование работы	Количество часов				
		I чет.	II чет.	III чет.	IV чет.	Итого
1	Проверочные работы (тематический контроль)	1	3	5	1	10
2.	Самостоятельные работы					
3.	Итоговое тестирование. Итоговая контрольная работа					
4.	Практические работы					
5.	Лабораторные работы					
6.	Другое (проекты, экскурсии и т.д.)					

Лист корректировки рабочей программы

№ урока	Раздел	Планируемое количество часов	Фактическое количество часов	Причина корректировки	Способ корректировки	Согласовано