ФИЗКУЛЬТУРА

2016-2017

Учебный год

Учитель Физической культуры

СОКОЛОВА

Марина Михайловна

Урок проходит три раза в неделю. Согласно Приказа №889 от 30 августа 2010 года «О внесении изменений в федеральный базисный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования РФ от 9 марта 2004 года №1312 « Об утверждении федерального базисного учебных планов для ОУ РФ, реализующих программы общего образования». Два урока проходят в физкультурном

УРОКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ проходят:

- На улице
- В физкультурном зале
- В бассейне

На улице

В бассейне

В физкультурном зале

Согласно программе дети изучают:

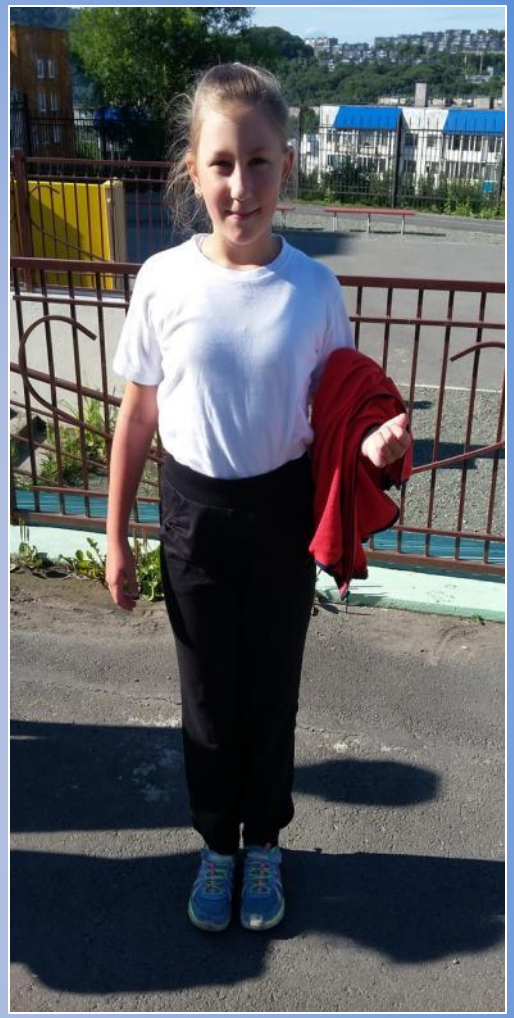
- Первая четверть – Легкая атлетика. Плавание.
- Вторая четверть – Гимнастика. Плавание.
- Третья четверть – Лыжная подготовка. Плавание.
- Четвертая четверть – Спортивные игры. Плавание.

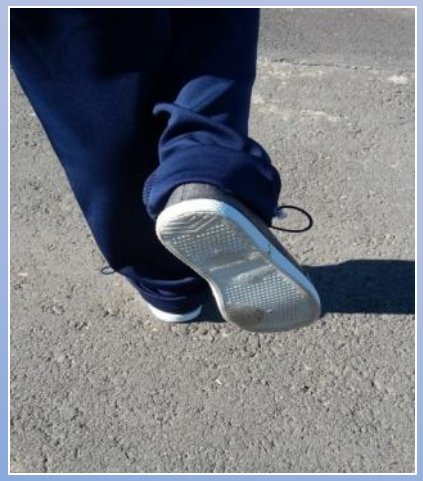
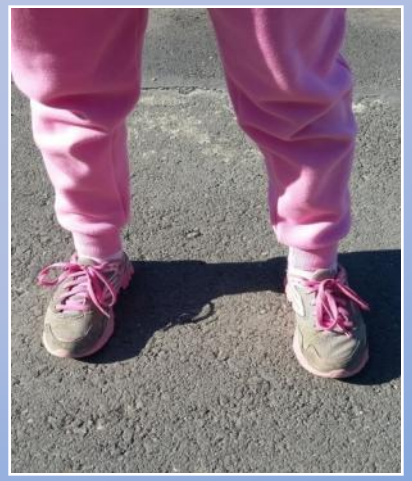
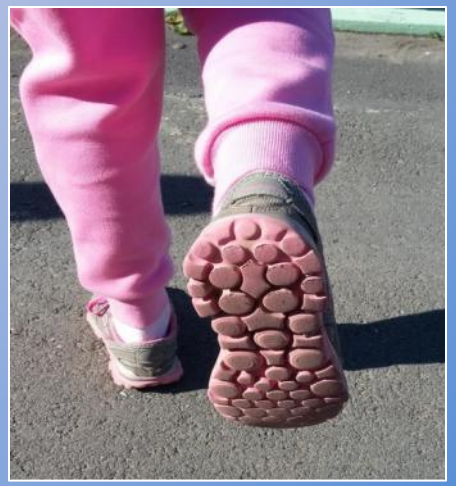
Физкультурная форма

- Для зала
- Для улицы
- Для лыжной подготовки
- Для бассейна

Для улицы

- Для уроков на улице – спортивный костюм, любой. Под мастеркой обязательно футболка, кроссовки или кеды, любые.



Для уроков в физкультурном зале

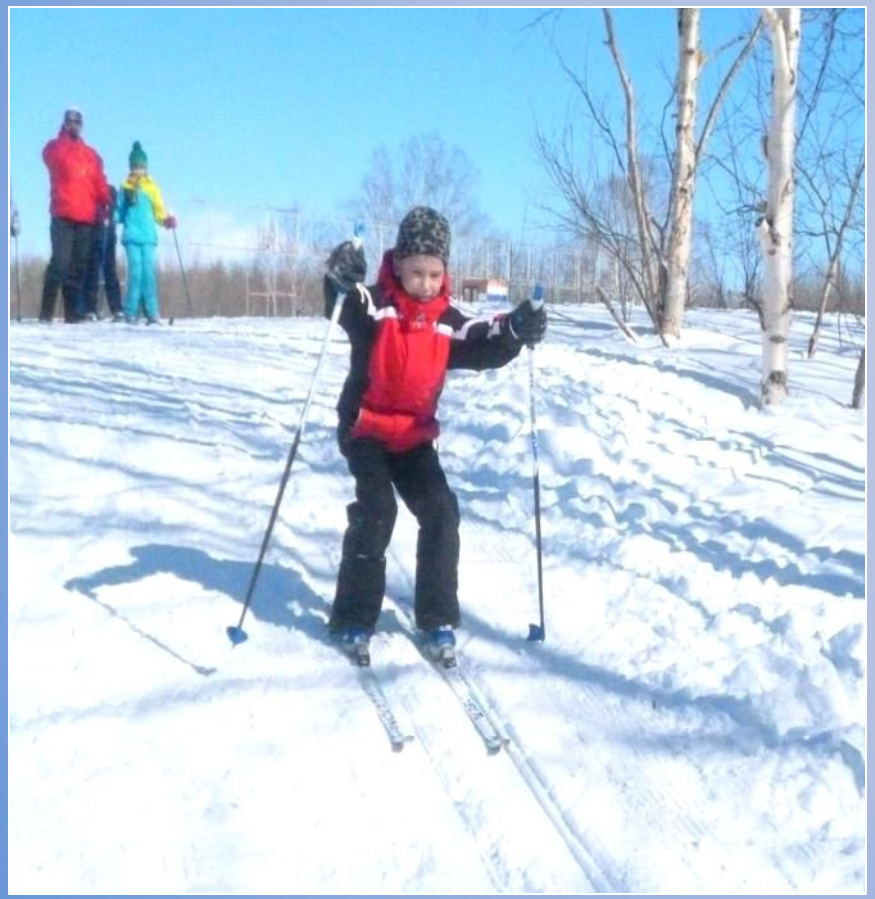
- Для зала – футболка, белого цвета, спортивные брюки, или шорты или лосины черного или синего цвета. Обувь – кроссовки или кеды с нечертящей пол подошвой

Для уроков в бассейне

- Для бассейна – купальник для девочек, плавки для мальчиков, халат с капюшоном, сланцы, шапочка. Очки не обязательно. После урока принадлежности забирать домой для стирки.

Для уроков лыжной подготовкой

- Для уроков лыжной подготовки – легкий спортивный костюм, комбинезон, горло должно быть закрыто (гольф, свитер, вязанная манишка) перчатки, две пары носков (хлопчатобумажные и шерстяные), лыжные ботинки. Лыжи, палки, ботинки должны быть подписаны.



Учебники

Г. И. Погадаев
ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА
Индивидуальность · Творчество · Мышление · Развитие
УЧЕБНИК
1-2
КЛАССЫ
ДРОФА

Г. И. Погадаев
ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА
Индивидуальность · Творчество · Мышление · Развитие
УЧЕБНИК
3-4
КЛАССЫ
ДРОФА

Критерии выставления оценок

- При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

- Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении

Ошибки

- Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:
- - старт не из требуемого положения;
- - отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- - бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- - несинхронность выполнения упражнения.
- Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

- Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.
- Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.
- Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.
- Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.