

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Забайкальского края

Комитет образования администрации муниципального района «Карымский район»

МОУ ООШ №5 п.Дарасун

Рассмотрено Руководитель ШМО _____/Китова Т.В./ Протокол № 1 от «31»августа 2023г.	Согласовано Заместитель директора по УВР _____/Фёдорова Ю.В./ Протокол №1 от «31» августа 2023г.	Утверждаю Директор МОУ ООШ №5 п.Дарасун _____/Ненашев Е.А./ Приказ №63 от «31» августа 2023г.
--	--	---

Образовательная программа
(рабочая)
по физической культуре
9 класс
на 2023-24 учебный год

Разработана: Антоновой Т.А.,
учителем физической культуры

Дарасун
2023

I. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 9 класса составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ изменения 2015 г.;
- Федеральный государственный общеобразовательный стандарт основного общего образования от 10.12.2010 г.;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897»;
- Примерная ООП основного общего образования, одобренная на заседании федерального учебно-методического объединения, протокол от 8 апреля № 1/15.
- Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы (2011г.)
- С учётом ООП МОУ ООШ № 5 п. Дарасун.

УМК: А.П.Матвеев

- Примерные рабочие программы. 5-9 классы.
- Физическая культура. 8-9 классы: учебник для общеобразовательной организации.
- Уроки физической культуры. Методические рекомендации. 8-9классы.

Учебный план школы отводит 2 часа для образовательного изучения физической культуры в 9 классе и предусматривает проведение уроков физической культуры в объёме 68 часов (из расчёта 34 учебных недель)

Целью изучения физической культуры на ступени основного общего образования является содействие формированию культуры здоровья и разностороннему гармоничному физическому развитию личности.

Достижению поставленной цели способствует реализация следующих **задач**:

оздоровительные:

- укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- владение умениями оценивать уровень своего здоровья, физического развития и физической подготовленности и, в соответствии с этим, решать задачи личного физического совершенствования;

образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями общеразвивающей и коррегирующей направленности;
- совершенствование навыков в физкультурно-оздоровительной и приобретение навыков физкультурно-спортивной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

воспитательные:

- воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и физкультурно-спортивной деятельности;
- нравственное воспитание в соответствии с требованиями общественной морали;
- разностороннее воспитание физических качеств.

Задачи изучения курса 9-го класса поставлены с учётом требований ФГОС, состоянием здоровья, уровнем физической подготовленности и уровнем обученности учащихся данного класса:

- способствовать формированию культуры здоровья и потребности в здоровом и безопасном как для себя, так и для окружающих образе жизни;
- познакомить с приёмами физической и психической саморегуляции;
- обучать проектированию самостоятельных занятий физическими упражнениями различной функциональной направленности;
- обучать адекватному подбору режима физической нагрузки и проектированию индивидуальных траекторий развития;
- способствовать использованию знаний, умений и навыков, полученных на уроке, в организации, проведении и судействе физкультурно-массовых общешкольных мероприятий, подвижных перемен; воспитанию организаторских качеств;
- способствовать комплексному развитию физических качеств и совершенствованию техники и тактики спортивных игр;
- обучать использованию навыков выполнения гимнастических и лёгкоатлетических упражнений в нестандартных ситуациях;
- обогащать соревновательный опыт;
- воспитывать толерантность, как по отношению к партнёрам по команде, так и к противнику; ответственное отношение за успех команды.
- формировать навыки физкультурно-спортивной деятельности детьми, не имеющими отклонений в состоянии здоровья и имеющими уровень физической подготовленности не ниже среднего; вести подготовку к сдаче нормативов соответствующей данному возрасту ступени комплекса ГТО.

Большие различия в состоянии здоровья, умственно-психическом развитии, физической подготовленности и социальном положении учащихся данного класса требуют использования в обучении индивидуального и дифференцированного подхода. Для реализации системно-деятельностного подхода используются «Технология проблемного обучения» и «Проектная технология».

Общая характеристика учебного предмета.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования по физической культуре на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

На информационный компонент деятельности, освоение знаний о физической культуре, выделяются отдельные часы в начале и конце учебного года. А так же он равномерно внедряется во все разделы программы в форме дополнительного материала и домашнего задания.

Операционный раздел «Способы самостоятельной деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя такие темы, как «Организация и проведение занятий физической культурой» и «Оценка эффективности занятий физической культурой». Основным содержанием этих тем является перечень необходимых и достаточных для самостоятельной деятельности практических навыков и умений (утренняя гигиеническая гимнастика, комплекс упражнений домашнего задания, комплексы упражнений различной функциональной направленности, комбинации акробатических элементов для праздников, упражнений для флэш-мобов, подвижные игры на переменах и досуге в разновозрастной группе).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета «Физическая культура», придания ей лично значимого смысла, содержание программы по физической культуре представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули составлены с учетом возможностей образовательного учреждения и включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры (баскетбол, волейбол). Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены модулем «Спорт», содержание которого разработано образовательной организацией на основе базовой физической подготовки с учетом подготовленности обучающихся, с учетом возможностей образовательного учреждения. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее - ГТО), активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

В рамках данного модуля представлено содержание «Базовой физической подготовки».

Оценка результатов освоения учебного курса.

Для того, чтобы оценка не травмировала ребёнка, а стимулировала его к повышению уровня физической подготовленности, овладению им новыми знаниями, умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, она должна быть разносторонней, объективной и аргументированной. Это касается в равной мере как детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья и физическом развитии, так и физически развитых от природы детей.

Исходя из требований ФГОС к результатам освоения ООП ООО, предметом оценки по физической культуре будут предметные и метапредметные результаты:

- уровень развития основных физических качеств;
- уровень овладения техническими приёмами изучаемых видов спорта;
- знания и умение использовать полученные знания, умения и навыки для укрепления здоровья, повышения уровня двигательной подготовленности, в режиме дня, активном отдыхе, досуге и соревновательной деятельности, для подготовки и сдачи нормативов соответствующей возрасту ступени комплекса ГТО;

1. Уровень развития основных физических качеств.

Форма контроля:

- контрольное тестирование,
- мониторинг по программе спортивного многоборья Президентских состязаний.

Оценивается индивидуальная динамика показателей уровня развития физических качеств. «5» - значительный прирост* (не ниже средних показателей по школе), «4» - незначительный прирост, «3» - повторение результата на уровне прошлого года.

2. Уровень овладения техническими приёмами баскетбола, волейбола, и элементами гимнастики

«5» - точное выполнение техники изучаемого упражнения

«4» - незначительные ошибки выполнения, не нарушающие структуру двигательного действия

«3» - значительные ошибки или искажение техники

Уровень овладения лёгкоатлетическими видами.*

«5» - прирост результата при технически правильном выполнении упражнения,

«4» - незначительный прирост результата при незначительных технических ошибках

«3» - отсутствие положительной динамики при правильном техническом выполнении

3. Знания.**

Форма контроля знаний - опрос и контрольное тестирование

«5» - точная формулировка понятий и основных положений теории физкультурной деятельности (либо 80% выполнения тестов),

«4» - небольшие отклонения в формулировании понятий и основных положений теории физкультурной деятельности (либо 60% выполнения тестов),

«3» - значительные неточности в формулировании понятий и основных положений теории физкультурной деятельности (либо 40% выполнения тестов),

4. Умение использовать полученные знания, умения и навыки в режиме дня, активном отдыхе, досуге и соревновательной деятельности***.

Форма контроля: выполнение мини-проектов урочных и в рамках различных акций****, участие и результаты в школьных соревнованиях, Днях здоровья, проведение игр со сверстниками и младшими школьниками (мероприятия, в которых обучающиеся могут продемонстрировать познавательную активность, самостоятельность).

«5» - выполнение и реализация проекта, призовые места в школьных соревнованиях, участие в соревнованиях более высокого уровня, организация подвижных игр на больших переменах и во внеурочной деятельности; сдача нормативов комплекса ГТО на золотой и серебряный знак;

«4» - разработка проекта, участие в школьных соревнованиях; сдача нормативов комплекса ГТО на бронзовый знак;

«3» - участие в разработке группового проекта, участие на отдельных этапах соревнований;

* при определении значительности прироста учитываются состояние здоровья учащегося, условия выполнения (погодные при выполнении бега, прыжков и метаний на улице, каким стоит урок в расписании)

**данные критерии не относятся к детям с диагнозом ЗПР /Т.к. данные учащиеся имеют кратковременную память и не могут точно формулировать свои мысли, то для них имеет место требование иметь представление об изучаемых понятиях/

****кроме обучающихся по программе СМГ и освобождённых от двигательной деятельности по состоянию здоровья (критерий для данной группы - помощь в проведении соревнований, освещение соревнований в школьной прессе...)

*****кроме детей, имеющих диагноз ЗПР

Оценка всех видов деятельности обязательна, если у учащегося нет противопоказаний. Если ученик не присутствовал на контрольном уроке или не восстановился после болезни, ему предоставляется возможность пересдачи в течение трёх последующих уроков.

II. Планируемые результаты

В результате освоения программы на данном этапе учащиеся будут

знать:

- основные понятия теории физического воспитания; средства и принципы физического воспитания; современные формы построения занятий; современные оздоровительные системы; приёмы саморегуляции физических и психических процессов;
- значение и правила тестирования, упражнения для проведения мониторинга ФП; нормативные требования комплекса ГТО и правила выполнения нормативных упражнений;
- названия изучаемых гимнастических упражнений и правила страховки;
- технику легкоатлетических видов;
- технику изучаемых приёмов, правила баскетбола и волейбола, жесты судей;
- технику преодоления горизонтальных и вертикальных препятствий при прохождении кроссовых дистанций;
- правила соревнований по базовым видам спорта.

уметь:

- определять индивидуальный уровень физического развития и физической подготовленности;
- самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений для развития физических качеств с соблюдением правил безопасности; том числе при подготовке и сдаче нормативов комплекса ГТО,
- планировать самостоятельные занятия различной функциональной направленности; контролировать уровень нагрузки по объективным и субъективным признакам, вести дневник самоконтроля;
- технически правильно выполнять элементы изучаемых видов спорта в соревновательной деятельности;
- составить и выполнять слитно комбинацию из освоенных акробатических элементов;
- распределять силы на заданной кроссовой дистанции и поддерживать заданную скорость;
- участвовать в проектировании, проведении и судействе школьных ФОМ,
- участвовать в районном туре олимпиады,
- участвовать в различных соревнованиях поселкового и районного уровня.

демонстрировать:

- прирост индивидуальных показателей развития физических качеств,
- положительную динамику выполнения лёгкоатлетических дисциплин;
- использование изучаемых технических и тактических приёмов базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности;
- командные взаимодействия в спортивных играх.

Текущая аттестация проводится с учётом как количественных, так и качественных показателей, чтобы избежать односторонности оценки. Для того чтобы оценка не травмировала ребёнка, а стимулировала его к повышению уровня физической подготовленности, овладению новыми знаниями, умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, она должна быть разносторонней, объективной и аргументированной. Текущие отметки по спортивным играм и гимнастике выставляются за технику выполнения упражнений. Кроме того, используя проблемно-поисковый метод, учащиеся должны уметь составлять комплекс разминки различной направленности и комплексы утренней гимнастики, проектировать акробатические комбинации из разученных на уроке и самостоятельно акробатических элементов. Оценки по лёгкой атлетике, кроссовой и общефизической подготовке выставляются с учётом качественных показателей (личных достижений – динамики результатов). Это позволяет поставить в одинаковые условия спортивно одарённых детей, детей с нормальным типом телосложения и средним уровнем физической

подготовленности, и детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья и уровне физической подготовленности. Для того, чтобы было легче проследить темп изменений показателей физической подготовленности, все результаты записываются в специальный журнал. Каждое контрольное упражнение проводится ежегодно, примерно в одинаковых условиях. Соответственно оценивается ежегодный прирост результата. «3» - повторение результата, «4» - небольшой прирост (примерно на уровне средних показателей по школе), «5» - значительный прирост. При прогнозировании прироста результата учитывается состояние здоровья занимающихся, синзигивные периоды развития; при занятиях на улице – погодные условия и время проведения урока. К текущим отметкам относятся и отметки за самостоятельное выполнение упражнений (домашнее задание). Упражнения подобраны так, чтобы они готовили организм к следующему разделу программы. Комплекс из 6 упражнений повторяется ежегодно. Оценка выставляется по приросту результата. Оценка уровня освоения раздела «Основы знаний физкультурной деятельности» осуществляется в виде опроса, тестирования, составления и разгадывания кроссвордов, проектирования комплексов упражнений различной направленности, разработке проектов по истории ФК и спорта (за искл. школьников, имеющих ЗПР) При изучении знаний используются технологии проблемно-поисковая, информационная и метод проектов.

Все учащиеся должны демонстрировать свои знания, умения и навыки в организации и проведении школьных физкультурно-оздоровительных и физкультурно-массовых мероприятиях, а учащиеся, отнесённые по состоянию здоровья к основной медицинской группе, на соревнованиях различного уровня (раздел «Способы физкультурной деятельности»), при подготовке и сдаче норм комплекса ГТО (Письмо Минобрнауки от 2.12.2015 №08-1447 «Методические рекомендации по механизмам учёта результатов выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура»).

Учащиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной группе, занимаются по программе основной группы с исключением тех видов деятельности, которые им противопоказаны. Занятия с учащимися специальной медицинской группы проводятся по отдельной программе. Если СМГ не скомплектована, но учащиеся изъявляют желание, то по заключению врача и с согласия родителей (лиц их заменяющих), они могут заниматься с классом под особым наблюдением учителя по индивидуальному плану. Учащиеся, отнесённые к подготовительной группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов деятельности, которые им противопоказаны. Учащиеся, отнесённые к СМГ, оцениваются по овладению ими раздела «Основы знаний», умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и выполнение доступных им двигательных действий. Учащиеся, временно освобождённые по медицинским показаниям от занятий физическими упражнениями, изучают историю, правила тех видов спорта, которые включены в школьную программу; оздоровительную направленность ФК и комплексы лечебной гимнастики в соответствии с заболеванием. Для учащихся, имеющих стойкие отклонения в состоянии здоровья, но желающих заниматься физическими упражнениями, учителем проектируются индивидуальные траектории развития, которые согласовываются с родителями. Спортивно-одарённые школьники самостоятельно и под руководством учителя также проектируют траектории индивидуальной подготовки.

В связи с тем, что на уроках занимаются учащиеся различных медицинских групп и различной подготовленности, используется технология уровневой дифференциации. Для детей, ведущих активную соревновательную деятельность, даются опережающие задания.

III. Содержание учебного материала

I. Инвариантные модули

1. Основы знаний: Основы построения занятий физическими упражнениями – 2 часа:

- физическая культура личности и общества; физическое воспитание, физическое образование, физическое совершенство; принципы физического воспитания;
- современные оздоровительные системы

2. Способы самостоятельной деятельности – в процессе уроков и самостоятельных занятий:

- самостоятельное составление и выполнение комплексов УГГ с предметами, комплексов упражнений для развития основных физических качеств;
- комплексы упражнений различной функциональной направленности, комплексы упражнений оздоровительной направленности, которые включают в разминку или заключительную часть для всех занимающихся (упражнения на формирование правильной осанки, упражнения для развития гибкости и координации, комплексы дыхательной гимнастики, гимнастика для профилактики нарушения зрения...); оздоровительный бег и ходьба (по показаниям врача детьми, имеющими отклонение в состоянии здоровья);
- оздоровительные формы занятий в режиме дня, классные соревнования, организация и судейство школьных соревнований, подвижные игры на переменах и на досуге с одноклассниками и учащимися младших классов и со сверстниками в районах проживания,
- выполнение комплекса упражнений домашнего задания, и комплекса упражнений для развития физических качеств, определение уровнем подготовленности и подбор специальных упражнений с самоконтролем за самочувствием по ЧСС и субъективным признакам, за величиной нагрузки с целью подготовки к сдаче норм соответствующей возрасту ступени комплекса ГТО.

3. Физическое совершенствование - 50

Гимнастика – 10 часов

Элементы строя: повороты в движении

Акробатика:

- «мост» из положения стоя (дев), стойка на голове и руках силой, кувырок прыжком (мал);
- комбинации из 9 элементов.

Опорный прыжок:

- ноги врозь и согнув ноги (130см.) – дев,
- согнув ноги через козла в длину (130см.) - мал.

Материал для развития физических качеств

- комплексы утренней гимнастики без предметов, с гимнастическими палками и скакалками;
- ОРУ с высокой амплитудой;
- упражнения в растягивании в парах;
- подтягивание в висе (мал.) и из вися лёжа на низкой перекладине (дев);
- удержание вися на согнутых руках;
- наклоны вперёд из положения сидя и стоя; удержание наклона до 30 сек.;
- подъём туловища из положения лёжа на спине, назад из положения лёжа на животе (на полу, гимнастической скамейке, на повышенной опоре);
- упражнения для формирования правильной осанки.

Лёгкая атлетика - 16часов

1.Спринтерский бег

до 100м.

-финиширование

-бег на максимальный результат 30, 60 м. с низкого старта

2.Бег 400 м.

3.Кроссовый бег в максимальном темпе 2 км.

4.Кроссовый бег 3км. в медленном темпе (дев.), равномерном темпе (юн.)

5.Прыжки в длину с разбега способом «Согнув ноги» на максимальный результат

6.Прыжок в высоту с разбега способом «Перешагивание» на максимальный результат

7.Метание малого мяча на дальность способом «Из-за головы через плечо» с рабега на максимальный результат и метание мяча по движущейся цели

8.Материал для развития физических качеств

-линейные и встречные эстафеты с бегом и прыжками, круговая эстафета, марш-бросок до 5 км.,

-специальные беговые упражнения,

-многоскоки,

- приседания на одной и обеих ногах,

- прыжки в длину с места,

- прыжки через скакалку,

-Игры: Перестрелка, Русская лапт

Баскетбол - 14часов.

-бросок из-за 3-очковой линии,

-индивидуальные действия в нападении,

-нападение быстрым прорывом,

-нападение через заслон,

- индивидуальные действия в защите,

- позиционное нападение и защита

Материал для развития физических качеств:

-выполнение ускорений по сигналу, перебежки по звуковому и зрительному сигналу,

-игры и эстафеты с бегом, прыжками, элементами баскетбола,

-сгибание и разгибание рук в упоре лёжа,

-выпрыгивание из приседа,

-челночный бег

Волейбол – 8 часов

-комбинации элементов волейбола в парах и тройках,

-верхняя прямая подача,

-волейбол

Материал для развития физических качеств:

-приседания на одной ноге, выпрыгивание из приседа, выпрыгивание с касанием высоко висящих предметов;

-подтягивание в висе (мал.) и из вися лёжа (дев.),

-прыжки через скакалку 20-60сек. с максимальной скоростью

II. Вариативный модуль «Спорт»

Базовая физическая подготовка - 11 часов

- комплексы круговой тренировки, игры и эстафеты для развития скоростно-силовых качеств, силы, гибкости;
- разновидности челночного бега;
- прыжки в длину с места;
- бег из различных и.п.;
- лазание по канату,
- ОРУ с партнёром,
- ОРУ в четвёрках
 - с гимн. скамейкой
- игры с единоборствами;
- участие в товарищеских встречах по различным видам спорта, в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и акциях, помощь в их организации и проведении,
- участие в поселковых и районных соревнованиях по избранному виду спорта, в районном туре олимпиады,
- подготовка и сдача нормативов комплекса ГТО

Спортивно-массовые мероприятия - 5 часов

- 2.1. Организация туристических конкурсов в походе выходного дня
- 2.2. Бег в программе Президентских состязаний
- 2.3. Подвижные игры на свежем воздухе как средство разносторонней физической подготовки и закаливания
- 2.4. Сдача нормативов комплекса ГТО

IV. Тематический план.*

Разделы программы	Количество часов		
	В разделе	из них теоретических	из них практических
1.Основы знаний. 1.1. Основные понятия теории физического воспитания: физическая культура личности и общества; физическое воспитание, физическое образование, физическое совершенство. Средства и принципы физического воспитания; 1.2 Традиционные и современные оздоровительные системы	2	1 1	
2.Способы самостоятельной деятельности (физкультурно-оздоровительная деятельность)	В процессе уроков и домашних заданий 50		
3. Физическое совершенствование (способы спортивно-оздоровительной деятельности). 3.1.Гимнастика: - элементы строя: повороты в движении, -силовые упражнения в программе спортивных конкурсов -тестирование силовых способностей - элементы акробатики, -акробатика в вольных упражнениях, -опорный прыжок	10		1 1 1 3 1 3
3.2.Баскетбол: -техника баскетбола, -бросок из-за 3-очковой линии, -действия игрока в нападении, -нападение быстрым прорывом, -нападение через заслон, -действия игрока в защите, -тактика позиционного нападение и защиты, -баскетбол, --ШБЛ КЭС БАСКЕТ	16		1 3 1 2 1 1 4 2 1
3.3.Лёгкая атлетика: - бег на короткие дистанции,	16		3

-бег 400м, -метание мяча на дальность с разбега, -кроссовый бег, -прыжки в высоту с разбега, -прыжки в длину с разбега,			1 2 4 3 3
3.5.Волейбол: -комбинации основных приёмов баскетбола, -верхняя прямая подача, -волейбол	8		2 2 4
3.Модуль «Спорт»:	16		
3.1. Базовая физическая подготовка	11		
-развитие быстроты и ловкости,			3
-развитие силы и скоростно-силовых качеств,			3
-развитие быстроты реакции,			1
-развитие быстроты и выносливости.			4
3.2. Спортивно-массовые мероприятия.	5		
-Организация туристических конкурсов в походе выходного дня			1
-Бег в программе Президентских состязаний			1
-Подвижные игры на свежем воздухе как средство разносторонней физической подготовки и закаливания			1
-Зачет по сдаче норм комплекса ГТО			2
			66
Всего часов:	68	2	

***Методические указания:**

- В случае невозможности выполнения плана, прохождение программы обеспечивается за счёт перераспределения времени. Разделы ОФП и Основы знаний распределяются равномерно по всем разделам. Материал даётся в виде круговой тренировки. Кроссовый бег добавляется к разделу «Лёгкая атлетика».
- При невозможности выполнения учебного плана по причине отсутствия учителя и замены учителя другим, компенсация часов и двигательной активности возможна за счёт внеурочных форм, предусматривающих физкультурно-оздоровительную деятельность (массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, Дни здоровья и т.д.).
- Допускается смена разделов местами или дробление тем по объективным причинам: резкое изменение погодных условий, нарушения теплового режима и т.д.
- В случае установления на длительное время ограничительных мероприятий в связи с повышением заболеваемости изучается материал по основам знаний физической деятельности и вводятся разделы «Русские шашки», «Дартс»
- Для сдачи норм комплекса ГТО допускается выделение часов из раздела базовой физической подготовки.

Лист корректировки программы