

ПОЛОЖЕНИЕ

об организации занятий, оценивании и аттестации обучающихся по предмету «Физическая культура», отнесенных к разным медицинским группам здоровья в Муниципальном автономном общеобразовательном учреждении города Калининграда гимназии №32

1. Общие положения

Настоящее Положение о создании условий для занятий физической культурой и спортом (далее - Положение) разработано в соответствии со следующими нормативными и правовыми актами:

- Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральным Законом Российской Федерации от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования Российской Федерации, Министерства Здравоохранения Российской Федерации, Госкомспорта Российской Федерации Академии образования от 16 июля 2002 г. №2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2010 г. №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».
- Приказом Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования”;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.08.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Методическим письмом Министерства Просвещения РСФСР от 15.06.1987 г. № 105/33- 24 «О направлении методических рекомендаций «Организация занятий по физическому воспитанию школьников, отнесенных к специальной медицинской группе»;
- Письмом Министерства образования Российской Федерации от 31.10. 2003 г. № 13-51- 263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 30 мая 2012 г. №МД-583/19 «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья» (далее - методические рекомендации).

Организация физического воспитания и образования в Муниципальном автономном общеобразовательном учреждении города Калининграда гимназии №32 включает в себя:

- проведение обязательных занятий физической культурой и спортом в пределах основных образовательных программ, а также дополнительных занятий физической культурой и спортом в пределах дополнительных образовательных программ;
- создание условий, в том числе обеспечение спортивным инвентарем и оборудованием, для проведения комплексных мероприятий по физкультурно-спортивной подготовке обучающихся;

- формирование у обучающихся навыков физической культуры с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья, создание условий для вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом;
- осуществление физкультурных мероприятий во время учебных занятий;
- проведение медицинского контроля за организацией физического воспитания;
- формирование ответственного отношения родителей (законных представителей) к здоровью детей и их физическому воспитанию;
- проведение ежегодного мониторинга физической подготовленности и физического развития обучающихся;
- содействие организации и проведению спортивных мероприятий с участием обучающихся;
- содействие развитию и популяризации школьного спорта;
- участие обучающихся в спортивных мероприятиях различных уровней.

2. Группы здоровья

В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: основную, подготовительную и специальную медицинскую группу. Отнесение ребенка к соответствующей группе здоровья происходит на основании результатов ежегодного медицинского осмотра, обучающихся МАОУ гимназии №32, распределяющего детский контингент на медицинские группы здоровья, справок, медицинских заключений о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой ГБУЗ КО городской детской поликлиники № 6 и ГБУЗ КО «ГДП»

2.1 Задания на уроке для обучающихся, отнесенных к различным группам здоровья, отличаются объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала.

2.2 К основной медицинской группе – относятся обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие хорошее функциональное состояние и соответствующую возрасту физическую подготовленность.

К подготовительной медицинской группе – относятся обучающиеся с недостаточным физическим развитием и низкой физической подготовленностью или имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья. Этой категории обучающихся разрешается заниматься физической культурой по программе основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок (в том числе временных).

К специальной медицинской группе (СМГ) – относятся обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы. Специальную медицинскую группу разделяют на две подгруппы:

- подгруппу "А" (обучающиеся с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий могут быть переведены в подготовительную группу)
- подгруппу "Б" (обучающиеся с патологическими отклонениями, т.е. необратимыми заболеваниями).

С обучающимися, включенными в специальную медицинскую группу, занимаются учителя физкультуры на основном уроке для всего класса.

2.3 Работающие с обучающимися специальной медицинской группы учителя физкультуры должны:

- знать анатомические и физиологические особенности детей разных возрастных групп;
- знать методики проведения лечебной физкультуры для учащихся с отклонением в здоровье;
- знать показания и противопоказания к проведению лечебной физкультуры;

- знать санитарно-гигиенические нормы при проведении занятий и правила техники безопасности и охраны труда;
- проводить систематическое углубленное изучение обучающихся, с целью выявления их индивидуальных возможностей и определения направлений развивающей работы;
- вести учет освоения обучающимися общеобразовательных программ;
- вести систематическое наблюдение за реакцией обучающихся на предлагаемые нагрузки по внешним признакам утомления;
- определять физиологическую кривую урока с учетом самочувствия обучающихся в процессе занятий.

2.4 Классный руководитель в начале учебного года выявляет (на основании предоставленной родителями (законными представителями) справки медицинской комиссии) учащихся, освобожденных от занятий физкультурой на учебный год, медицинское заключение о принадлежности обучающегося к медицинской группе для занятий физической культурой и предоставляет их школьному медицинскому работнику.

2.5 Классный руководитель совместно с медицинским работником школы на начало учебного года заполняет «Лист здоровья» по форме:

№ п/п	ФИО учащегося	Год и дата рождения	Группа здоровья	Группа занятий ФК	Рост	Вес	№ парты	Медицинские рекомендации

-второй экземпляр «Листа здоровья» передает учителю физической культуры для организации учебных занятий с учащимися с учетом медицинских рекомендаций;

-в течение учебного года предоставляет медицинские справки медицинскому работнику школы для внесения изменений в «Лист здоровья» и медицинского контроля;

2.6 Классный руководитель совместно с учителями физической культуры ведет постоянный контроль за посещаемостью и успеваемостью учащимися данной категории.

3. Требования к внешнему виду и посещению уроков

3.1. Уроки физической культуры посещают все обучающиеся, имея с собой спортивную форму в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока, согласно требованиям техники безопасности и охраны труда.

3.2. Спортивная форма учащихся включает в себя: спортивный костюм, футболку, носки, спортивную обувь (кеды или кроссовки на белой или полиуретановой основе).

3.3. При пропуске уроков физической культуры учащийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой, которая передаётся классному руководителю, учителю физкультуры и находится в медицинском кабинете.

3.4. Все обучающиеся, освобождённые от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала, или на стадионе под присмотром учителя физической культуры.

3.5. Учитель физической культуры определяет вид занятий с освобожденными от практических занятий учащимися на предстоящий урок (теоретическое изучение материала, оказание посильной помощи в судействе.).

В аттестаты об основном общем образовании и среднем (полном) общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре.

4.Критерии оценки обучающегося на уроках физической культуры.

Оценивание учащихся 3-11 классов происходит по 100-балльной системе.

Оценивание учащихся 1-2 класса – словесное.

Программой предусмотрено 4 критерия (оцениваются по итогам пройденной темы):

8 баллов - знание и понимание

6 баллов – композиция движений

10 баллов – представление

8 баллов – социальные навыки и личная вовлеченность

Легкая атлетика – оценивается знание и понимание правил, техника выполнения основных легкоатлетических упражнений и прогресс в показанных результатах.

Спортивные игры – оценивается знание и понимание правил, техника овладения отдельных элементов игры, групповые взаимодействия игроков.

Гимнастика с элементами акробатики – техника разученных упражнений и составление комбинаций из них.

Контрольные упражнения – задействованы все критерии оценивания.

Виды работ для критериального оценивания по физической культуре:

1. Знание и понимание (тест, опрос, исследование, презентация)

2. Композиция движений (составление собственной комбинации из ранее изученных движений, составление комплекса общеразвивающих упражнений, составление утренней гигиенической гимнастики, составление комплекса аэробики, составление тренировочной программы для себя)

3. Представление – техническое выполнение двигательных действий, демонстрация своей физической подготовленности, технической и тактической подготовки.

4. Социальные навыки и личная вовлеченность – качественное и своевременное выполнение домашних заданий. Умение работать в коллективе с целью поставленных задач (оценивается в групповых упражнениях и в играх). Прогресс личных результатов.

1. Для устных ответов определяются следующие критерии отметок

Первичный балл	Показатели выполнения
8	За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.
5	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.
2	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.
1	Обучающийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для отметки 40 баллов.

2. Для письменных ответов (тесты) определяются следующие критерии отметок

Первичный балл	Показатели выполнения
8	Работа выполнена полностью без ошибок и недочетов.
5	Работа выполнена полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов

3	Обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.
1	Число ошибок и недочетов превысило норму для отметки 3 или правильно выполнено менее 50 % всей работы

3. Для практических занятий владения техникой двигательных умений и навыков определяются следующие критерии отметок

Первичный балл	Показатели выполнения
10	Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать
7	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок
4	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях
1	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка

4. Для владения способами физкультурно-оздоровительную деятельность определяются следующие критерии отметок

Первичный балл	Показатели выполнения
6	Учащийся умеет самостоятельно составить собственную комбинацию из ранее изученных движений, составление комплекса общеразвивающих упражнений, составление утренней гигиенической гимнастики, составление комплекса аэробики, составление тренировочной программы для себя организовать место занятий; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги
3	Учащийся организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью допускает незначительные ошибки в подборе средств; контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги. Незначительные ошибки составлении комплекса общеразвивающих упражнений, комбинации из ранее изученных движений, утренней гигиенической гимнастики, составление комплексах аэробики, тренировочной программы для себя организовать место занятий;
2	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов

1	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов
---	---

4. Для контрольных тестов определяются следующие критерии отметок

Первичный балл	Показатели выполнения
Все критерии оценивания	Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив
Все критерии оценивания	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок
Все критерии оценивания	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях
Все критерии оценивания	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

5 Критерии оценивания мультимедийной презентации

№	Содержание	Максимальное количество баллов
1.	Отражены цели исследований и выводы	5
2.	Содержание слайдов соответствует теме	10
3.	Включены значимые факты из источников	10
4.	Использованы изображения, видео. Соблюдены законы об авторском праве. Докладчик защищает работу с пониманием содержания материала.	20
5.	Приведен список использованных ресурсов	5
Дизайн		
6.	Дизайн соответствует содержанию	10
7.	Текст легко читается, фон сочетается с текстом и графическими файлами	10
8.	Использование эффектов анимации логично	5
9.	Представлена информация в виде схем, тезисов, диаграмм	20
10	Размер шрифта соответствует	5
Итого		100 баллов

6. Для оценивания выступления обучающегося с докладом (рефератом) определяются следующие критерии отметок

Первичный балл	Показатели выполнения
5	1. Актуальность темы, соответствие содержания теме, глубина проработки материала, соответствие оформления презентации

	стандартам; 2. Знание учащимся изложенной презентации материала, умение грамотно и аргументировано изложить суть проблемы; 3. Умение свободно беседовать по любому пункту плана, отвечать на вопросы, поставленные членами комиссии, по теме; 5. Наличие качественно выполненного презентационного материала или (и) раздаточного материала.
4	Допускаются: 1. замечания по оформлению презентации; 2. небольшие трудности по одному из перечисленных выше требований.
3	Замечания: 1. тема презентации раскрыта недостаточно полно; 2. затруднения в изложении, аргументировании. 3. отсутствие презентации.
1	Отсутствие всех вышеперечисленных требований.

7. Для тестов определяются следующие критерии отметок

Первичный балл	Показатели выполнения
10	Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени
7	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста
4	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту
1	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности

Итоговое оценивание происходит на основе текущих оценок, полученных учеником в течение четверти (полугодия) и выполнение административно контрольной работы. Количество текущих оценок для выставления за четверть – не менее 5. Учащийся имеющий справку из медицинского учреждения, об освобождении от практической части урока, выполняет теоретическое задание по изучаемой теме и вопросы по этому материалу. Оценка за урок выставляется на основании выполненной работы. Задания, выдаваемые ученикам, соответствуют программе, результатам обучения и возрасту учащихся. Если учащийся освобождён от уроков физкультуры на длительное время (например, на четверть), то ему необходимо выполнить не менее трёх письменных домашних работ. Если учащийся освобождён на короткое время (например, на 10 дней), то ему достаточно выполнить одну работу.

Методы оценивания:

1. Опрос (тест, презентация, реферат)
2. Экспресс-опрос (фронтально или индивидуально).
3. Наблюдение (игровые методы оценивания).

4. Контрольные нормативы.
5. Сдача норм ГТО

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры – «**39,99 балла и ниже**» (*неудовлетворительно*) в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры.
2. Учащийся, не имеющий выраженных отклонений в состоянии здоровья, при этом не имеющий стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их, нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем.
3. Не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств.
4. Не выполняет теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры - «**40 - 59,99 баллов**» (*удовлетворительно*) в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
2. Учащийся, 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.
3. Продемонстрировал не существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение полугодия.
4. Частично выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры – «**60 - 79,99 баллов**» (*хорошо*) в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
2. Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.
3. 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.
4. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в судействе или организации урока, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры – «**80 -100 баллов**» (*отлично*) в зависимости от следующих конкретных условий:

1.Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.

2.Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем. Занимается в спортивной секции гимназии, спортивной школе района или города, имеет спортивные разряды или спортивные успехи на соревнованиях любого ранга.

3.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 все требуемые на уроках нормативы по физической культуре, для своего возраста.

4.Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, а также необходимыми навыками и знаниями теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

**Учебные нормативы по усвоению навыков, умений
развитию двигательных качеств. 5 класс**

Баллы	100-90	89.99-80	79.99-70	69.99-60	59.99-50	49.99-40	Ниже 40
30м(сек) Мал	5.9 и ниже	6.0-6,1	6,2-6,3	6,4-6,5	6,6-6,7	6.8-6.9	7,0и выше
Дев.	6.1 и ниже	6.2-6.3	6,4-6,5	6,6-6,7	6.8-6.9	7,0-7,1	7,2и выше
60м(сек) Мал	10.2 и ниже	10.3 - 10.4	10.5- 10.6	10.7- 10.9	11.0- 11.1	11.2- 11.4	11.5 и выше
Дев.	10.4и ниже	10.5- 10.6	10.7- 10.8	10.9- 11.1	11.2- 11.4	11.5- 11.6	11.7 и выше
1000м(мин,се к)мал	5.50 и ниже	5.51- 5.55	5.56- 6.05	6.06- 6.10	6.11- 6.20	6.21- 6.30	6.31 и выше
Дев	6.00 и ниже	6.01- 6.10	6.11- 6.15	6.16- 6.20	6.21- 6.30	6.31- 6.40	6.41 и выше
Метание т/м (м) Мал	22 и выше	21-20	19-18	17-16	15-14	13-12	11 и ниже
Дев	15 и выше	14-13	12-11	10-9	8-7	6-5	4и ниже

Раздел программы	Физическая подготовленность						
	Прыжок в длину с места Мал	162 и выше	161-143	142-139	138-135	134-130	129-125
Дев.	152 и выше	151-141	140-133	132-127	126-120	119-113	112 и ниже
Прыжок через скакалку (кол-во раз мин) мал	120 и выше	119-115	114-110	109-105	104-100	99-95	94 и ниже
Дев	110 и выше	109-105	104-102	101-100	99-95	94-90	89 и ниже
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) Мал	18 и выше	17	16	15	14	13	12 и ниже
Дев	13 и выше	12-11	10-9	8-7	6-5	4-3	2 и ниже
Подтягивание (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Челночный бег 3x10 Мал	8.5 и ниже	8.6-8.7	8.8-9.1	9.2-9.3	9.4-9.7	9.8-10.0	10.1 и ниже
Дев	9,4 и ниже	9.5-9.6	9.7-9.8	9.9-10,0	10.1-10.2	10.3-10.4	10.5 и ниже
Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/ за 1 мин) Мал	36 и выше	35 -31	30 -28	27-25	24-22	21-19	18 и ниже

Дев.	31 и выше	30-26	25-21	20-16	15-11	10-6	5 и ниже
Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	12 и выше	11	10	9	8	7	6 и ниже
Удержание ног под углом 90 на ш/стенке (сек) Мал	10 и выше	9	8	7	6	5	4 и ниже
Дев	11 и выше	10	9	8	7	6	5 и ниже
Приседания (кол-во раз) Мал	47 и выше	46	45	44	43	42	41 и ниже
Дев	45 и выше	44	43	42	41	40	39 и ниже
Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	8 и выше	7	6	5	4	3	2 и ниже
Раздел программы	Волейбол						
Бег 5х6м (сек)	11.9 и ниже	12.0	12.1-12.2	12.3-12.4	12.5-12.6	12.7-12.8	12.9 и выше
Верхняя передача	Оценивается техника выполнения						

вперед и вверх с собственного набрасывани я и в парах							
Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху 12 раз	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибо к и более 0
Оценка техники приема мяча снизу двумя руками	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибо к и более 0
Оценка техники нижней прямой подачи	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибо к и более 0
Раздел программы	Баскетбол						
Оценка техники стойки и передвижений игрока	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибо к и более 0
Оценка техники ведения мяча с изменением направления	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибо к и более 0
Оценка техники броска снизу в движении	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибо к и более 0
Оценка техники броска одной рукой от плеча с места	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибо к и более 0

Оценка техники броска одной рукой от плеча в движении	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники стойки и передвижений игрока	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Штрафной бросок (из 10 бросков)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Броски мяча в стенку с 3м. и ловля после отскока за 30 сек.(кол-во раз)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Раздел программы	Гимнастика с элементами акробатики						
Акробатика	Оценивается техника выполнения акробатической комбинации						
Опорный прыжок	Оценивается техника выполнения опорных прыжков						
Лазание по канату	Оценивается техника выполнения и скорость						

**Учебные нормативы по усвоению навыков, умений
развитию двигательных качеств. 6 класс**

Баллы	100-90	89.99-80	79.99-70	69.99-60	59.99-50	49.99-40	Ниже 40
Раздел программы	Легкая атлетика						

30м(сек) Мал	5.4 и ниже	5.5-5.6	5.7-5.8	5.9-6,0	6,1-6,2	6.3-6.4	6.5 и выше
Дев.	5.7 и ниже	5.8-5.9	6.0-6,1	6,2-6.3	6.4-6.5	6.6-6.7	6.8 и выше
60м(сек) Мал	10.2 и ниже	10.3 -10.4	10.5-10.6	10.7 - 10.8	10.9-11.0	11.1-11.2	11.3 и выше
Дев.	10.7и ниже	10,8-10,9	11.0-11.1	11.2-11.3	11.4-11.5	11.6-11.7	11.8 и выше
1000м (мин,сек) мал	5.00 и ниже	5.01-5.15	5.16-5.30	5.31-5.40	5.41-5.50	5.51-6.00	6.01 и выше
Дев	5.30 и ниже	5.31-5.41	5.42-5.52	5.53-6.03	6.04-6.14	6.15-6.25	6.26 и выше
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) мал	162 и выше	161-158	157-154	153-150	149-146	145-142	141 и ниже
Дев	147 и выше	146-143	142-139	138-135	134-131	130-127	126 и ниже
Прыжок в длину с разбега Мал	3,60 и выше	3,59-3.50	3,49-3.45	3,44-3.40	3,39-3,30	3,29-3.20	3,19и ниже
Дев	3,30 и выше	3,29-320	3.19-3,15	3,14-3,10	3,09-3,00	2,99-2,90	2,89 и ниже
Прыжок в высоту спосо- бом «перешаги- вание Мал	95 и выше	94-93	92-91	90	89-87	86-85	84 и ниже
Дев	85 и выше	84-83	81-82	80	79-77	76-75	74 и ниже
Метание т/м (м) Мал	26 и выше	25	23-24	22	21-20	19	18 и ниже
Дев	21 и выше	20-19	18-17	16-15	14-13	12-11	10 и ниже
Раздел программы	Физическая подготовленность						
Прыжок в длину с места Мал	175 и выше	174-170	169-168	167-165	164-160	159-155	154 и ниже

Дев.	165 и выше	164-160	159-157	156-155	154-150	149-145	144 и ниже
Прыжок через скакалку (кол-во раз мин) мал	120 и выше	119-115	114-110	109-105	104-100	99-95	94 и ниже
Дев	110 и выше	109-105	104-102	101-100	99-95	94-90	89 и ниже
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) Мал	18 и выше	17	16	15	14	13	12 и ниже
Дев	17 и выше	16	15	14	13-11	10	9 и ниже
Подтягивание (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Челночный бег 3x10 Мал	8.5 и ниже	8.6-8.7	8.8-9.1	9.2-9.3	9.4-9.7	9.8-10.0	10.1 и ниже
Дев	8.9 и ниже	9.0-9.1	9.2-9.3	9.4-9.5	9.6-9.8	9.9-10.1	10.2 и ниже
Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/ за 1 мин) Мал	36 и выше	30		28	27-26	25	24 и ниже
Дев.	31 и выше	35	34-33	32	31	30	29 и ниже
Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	12 и выше	11	10	9	8	7	6 и ниже
Удержание ног под углом 90 на	10 и	9	8	7	6	5	4 и ниже

ш/стенке (сек) Мал	выше						
Дев	11 и выше	10	9	8	7	6	5 и ниже
Приседания (кол-во раз) Мал	47 и выше	46	45	44	43	42	41 и ниже
Дев	45 и выше	44	43	42	41	40	39 и ниже
Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	8 и выше	7	6	5	4	3	2 и ниже
Раздел программы	Волейбол						
Бег 5хбм (сек)	11.9 и ниже	12.0	12.1-12.2	12.3-12.4	12.5-12.6	12.7-12.8	12.9 и выше
Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху в парах (12 раз)	Без ошибо к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники приема мяча двумя руками снизу в парах (12 раз)	Без ошибо к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники нижней прямой подачи мяча (10 раз)	Без ошибо к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Верхняя передача вперед и вверх с собственного набрасывания и	Оценивается техника выполнения						

в парах							
Верхняя передача у стены	16 и более	15	14-13	12	11	10	9 и ниже
Прыжок в длину с места Мал	175 и выше	174-170	169-168	167-165	164-160	159-155	154 и ниже
Дев.	165 и выше	164-160	159-157	156-155	154-150	149-145	144 и ниже
Раздел программы	Баскетбол						
Оценка техники ведения мяча с изменением направления и высоты отскока	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча (10 раз)	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники броска одной рукой от плеча после остановки	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники передачи мяча в тройках в движении со сменой мест	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Раздел программы	Гимнастика с элементами акробатики						
Акробатика	Оценивается техника выполнения акробатической комбинации						
Опорный прыжок	Оценивается техника выполнения опорных прыжков						
Лазание по канату	Оценивается техника выполнения и скорость						

**Учебные нормативы по усвоению навыков, умений
развитию двигательных качеств. 7 класс**

Баллы	100-90	89.99-80	79.99-70	69.99-60	59.99-50	49.99-40	Ниже 40
Раздел программы	Легкая атлетика						
30м(сек) Мал	5.3 и ниже	5.4-5.5	5.6-5.7	5.8-5.9	6.0-6.1	6.2-6.3	6.4 и выше
Дев.	5.6 и ниже	5.7-5.8	5.9-6.0	6.1-6.2	6.3-6.4	6.5-6.7	6.8 и выше
60м(сек) Мал	10.2 и ниже	10.3 -10.4	10.5-10.6	10.7 - 10.8	10.9-11.0	11.1-11.2	11.3 и выше
Дев.	10.6и ниже	10.7-10.8	10.9-11.0	11.1-11.2	11.3-11.4	11.5-11.6	11.7 и выше
1000м(мин,сек) мал	5.00 и ниже	5.01-5.15	5.16-5.30	5.31-5.40	5.41-5.50	5.51-6.00	6.01 и выше
Дев	5.30 и ниже	5.31-5.41	5.42-5.52	5.53-6.03	6.04-6.14	6.15-6.25	6.26 и выше
Прыжок в длину с разбега Мал	362 и выше	359-350	349-345	344-340	339-330	329-320	3,19и ниже
Дев	330 и выше	329-320	319-315	314-310	309-300	299-290	289 и ниже
Прыжок в высоту спосо- бом «перешаги- вание Мал	95 и выше	94-93	92-91	90	89-87	86-85	84 и ниже
Дев	85 и выше	84-83	81-82	80	79-77	76-75	74 и ниже
Метание т/м (м) Мал	27 и выше	26-23	22-19	18-16	15-12	11-8	7 и ниже
Дев	20 и выше	19-16	15-12	11-8	7	6	5 и ниже
Раздел программы	Физическая подготовленность						
Прыжок в длину с места Мал	173 и выше	172-162	161-151	150-140	139-129	128-118	117 и ниже

Дев.	167 и выше	166-156	154-140	139-129	128-118	117-107	106и ниже
Прыжок через скакалку (кол-во раз мин) мал	120 и выше	119-115	114-110	109-105	104-100	99-95	94 и ниже
Дев	110 и выше	109-105	104-102	101-100	99-95	94-90	89 и ниже
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) Мал	18 и выше	17	16	15	14	13	12 и ниже
Дев	12и выше	11-10	9-8	7-6	5-4	3	2 и ниже
Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Челночный бег 3x10 Мал	8.5 и ниже	8.6-8.7	8.8-9.1	9.2-9.3	9.4-9.7	9.8-10.0	10.1 и ниже
Дев	8.9 и ниже	9.0-9.1	9.2-9.3	9.4-9.5	9.6-9.8	9.9-10.1	10.2 и ниже
Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин) Мал	36 и выше 31 и выше	30		28	27-26	25	24 и ниже
Дев.	31 и выше	35	34-33	32	31	30	29 и ниже
Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	12 и выше	11	10	9	8	7	6 и ниже

Удержание ног под углом 90 на ш/стенке (сек) Мал	10 и выше	9	8	7	6	5	4 и ниже
Дев	11 и выше	10	9	8	7	6	5 и ниже
Приседания (кол-во раз) Мал	47 и выше	46	45	44	43	42	41 и ниже
Дев	45 и выше	44	43	42	41	40	39 и ниже
Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	8 и выше	7	6	5	4	3	2 и ниже
Раздел программы	Волейбол						
Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку (12 раз)	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники приема мяча снизу двумя руками через сетку((12 раз)	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники нижней прямой подачи мяча (10 раз)	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Верхняя передача вперед и вверх с собственного	Оценивается техника выполнения						

набрасывания и в парах							
Раздел программы	Баскетбол						
Оценка техники ведения мяча в движении с разной высотой отскока и изменением направления	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники броска мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением (10 раз)	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники передачи мяча в тройках в движении со сменой мест	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Раздел программы	Гимнастика с элементами акробатики						
Акробатика	Оценивается техника выполнения акробатической комбинации						
Опорный прыжок	Оценивается техника выполнения опорных прыжков						
Лазание по канату	Оценивается техника выполнения и скорость						

**Учебные нормативы по усвоению навыков, умений
развитию двигательных качеств. 8 класс**

Баллы	100-90	89.99-80	79.99-70	69.99-60	59.99-50	49.99-40	Ниже 40
Раздел программы	Легкая атлетика						
30м(сек) Мал	5.0 и ниже	5.1-5.2	5.3-5.4	5.5-5.6	5.7-5.8	5.9-6.0	6.1 и выше
Дев.	5.3 и ниже	5.4-5.5	5.6-5.7	5.8-5.9	6.0-6.1	6.2-6.3	6.4 и выше

60м(сек) Мал	9.1 и ниже	9.2-9.5	9.6-9.9	10.0-10.3	10.4-10.7	10.8-11.1	11.2 и выше
Дев.	10.2 и ниже	10.3-10.6	10.7-11.0	11.1-11.4	11.5-11.8	11.9-12.2	12.3 и выше
1000м(мин,сек) мал	4.40и ниже	4.41-4.55	4.56-5.10	5.11-5.25	5.26-5.40	5.41-5.55	5.56и выше
Дев	5.00 и ниже	5.01-5.15	5.16-5.30	5.31-5.45	5.46-6.00	6.01-6.15	6.16-6.30
Прыжок в длину с разбега Мал	400 и выше	399-385	384-370	369-354	353-347	346-332	331-317
Дев	370 и выше	369-354	353-339	338-324	323-309	308-296	295-281
Прыжок в высоту спосо- бом «перешаги- вание» Мал	95 и выше	94-93	92-91	90	89-87	86-85	84 и ниже
Дев	85 и выше	84-83	81-82	80	79-77	76-75	74 и ниже
Метание т/м (м) Мал	35и выше	34-30	29-25	24-20	19-16	15-12	11 и ниже
Дев	23 и выше	22-19	18-16	15-12	11-9	8-7	6 и ниже
Раздел программы	Физическая подготовленность						
Прыжок в длину с места Мал	193и выше	192-186	185-180	179-174	173-168	167-162	161 и ниже
Дев.	173 и выше	172-168	167-162	161-156	155-150	149-144	143и ниже
Прыжок через скалку (кол-во раз мин) мал	120 и выше	119-115	114-110	109-105	104-100	99-95	94 и ниже
Дев	110 и выше	109-105	104-102	101-100	99-95	94-90	89 и ниже
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на	25 и выше	24-20	19-15	14-10	9-7	6-5	4 и ниже

полу (кол-во раз) Мал							
Дев	16 и выше	15-13	12-10	9-7	6-5	4-3	2 и ниже
Подтягивание из виса на высокой перекладине(кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Челночный бег 3x10 Мал	7,7 и ниже	7.8-8.0	8.1-8.3	8,4-8.6	8,7-8,9	9,0-9,2	9,3и ниже
Дев	8.7 и ниже	8,8-9,0	9,1-9,3	9,4-9,5	9,6-9,7	9,8-10.0	10.2 и ниже
Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/за 1мин) Мал	40и выше	39-35	34-30	29-25	24-20	19-15	14 и ниже
Дев.	35 и выше	34-30	29-25	24-20	19-15	14-10	9 и ниже
Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	12 и выше	11	10	9	8	7	6 и ниже
Удержание ног под углом 90 на ш/стенке (сек) Мал	10 и выше	9	8	7	6	5	4 и ниже
Дев	11 и выше	10	9	8	7	6	5 и ниже
Приседания (кол-во раз) Мал	47 и выше	46	45	44	43	42	41 и ниже

Дев	45 и выше	44	43	42	41	40	39 и ниже
Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	8 и выше	7	6	5	4	3	2 и ниже
Раздел программы	Волейбол						
Оценка техники передачи мяча над собой во встречных колоннах(12 раз)	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники передачи мяча в тройках после перемещения ((12 раз)	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники владения мячом, нападающего удара	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Раздел программы	Баскетбол						
Оценка техники броска одной рукой от плеча с места	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники штрафного броска (10 раз)	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники ведения мяча с сопротивлением	Без ошибок к 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0

Раздел программы	Гимнастика с элементами акробатики
Акробатика	Оценивается техника выполнения акробатической комбинации
Опорный прыжок	Оценивается техника выполнения опорных прыжков
Лазание по канату	Оценивается техника выполнения и скорость

**Учебные нормативы по усвоению навыков, умений
развитию двигательных качеств. 9 класс**

Баллы	100-90	89.99-80	79.99-70	69.99-60	59.99-50	49.99-40	Ниже 40
Раздел программы	Легкая атлетика						
30м(сек) Мал	4.8 и ниже	4.9-5,1	5,2-5.3	5,4-5,6	5,8-6,0	6,1-6,2	6.3 и выше
Дев.	5,2 и ниже	5.3-5.5	5.6-5.8	5.9-6,1	6,2-6,4	6,5-6,7	6.8 и выше
60м(сек) Мал	9,0 и ниже	9,1-9,3	9,4-9,6	9,7-9,9	10.0-10,2	10,3-10,4	10.5 и выше
Дев.	10,1 и ниже	9.6-9.9	10.0-10.3	10.4-10.7	10.8-11.1	11.2-11.5	1.6 и выше
Бег на 2000м (мин, с)мал	9.30 и ниже	9.31-9.41	9,42-9,52	9,53-10,07	10,08-10,22	10,23-10,33	10,34 и выше
Дев	11,30 и ниже	11,31 – 11,41	11,42-11,52	11,53-11,07	11,08-11,22	11,23-11,33	11,34 и выше
Прыжок в длину с разбега Мал	420 и выше	419-413	412-398	397-391	390-384	383-377	376 и ниже
Дев	380 и выше	381-371	370-360	359-349	348-342	341-331	330 и ниже
Прыжок в высоту способом «перешагивание»	95 и выше	94-93	92-91	90	89-87	86-85	84 и ниже

Мал							
Дев	85 и выше	84-83	81-82	80	79-77	76-75	74 и ниже
Метание т/м (м) Мал	35 и выше	34 -30	29-26	25-22	21-18	17-14	13и ниже
Дев	28 и выше	27 -24	23-20	19-16	15-12	11-8	7 и ниже
Раздел программы	Физическая подготовленность						
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами Мал	195 и выше	194-184	183-173	172-162	161-151	150-140	139 и ниже
Дев.	175 и выше	176-166	165-155	154-144	143-133	132-122	121 и ниже
Прыжок через скакалку (кол-во раз мин) мал	120 и выше	119-115	114-110	109-105	104-100	99-95	94 и ниже
Дев	110 и выше	109-105	104-102	101-100	99-95	94-90	89 и ниже
Отжимание (кол-во раз) Мал	37 и выше	36-33	32-29	28-25	24-21	20-17	16 и ниже
Дев	16 и выше	15-13	12-10	9-8	7-6	5-4	3 и ниже
Подтягивание (кол-во раз) Мал	13 и выше	12-11	10-9	8-7	6-5	4	3 и ниже
Челночный бег 3x10 Мал	8.5 и ниже	8.6-8.7	8.8-9.1	9.2-9.3	9.4-9.7	9.8-10.0	10.1 и ниже

Дев	8.9 и ниже	9.0-9.1	9.2-9.3	9.4-9.5	9.6-9.8	9.9-10.1	10.2 и ниже
Подъем туловища из положения лежа на спине (кол- во раз/мин) Мал	36 и выше 31 и выше	30		28	27-26	25	24 и ниже
Дев.	31 и выше	35	34-33	32	31	30	29 и ниже
Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	12 и выше	11	10	9	8	7	6 и ниже
Удержание ног под углом 90 на ш/стенке (сек) Мал	10 и выше	9	8	7	6	5	4 и ниже
Дев	11 и выше	10	9	8	7	6	5 и ниже
Приседания (кол-во раз) Мал	47 и выше	46	45	44	43	42	41 и ниже
Дев	45 и выше	44	43	42	41	40	39 и ниже
Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз)	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже

Мал							
Дев	8 и выше	7	6	5	4	3	2 и ниже
Раздел программы	Волейбол						
Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах (12 раз)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибка 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники нападающего удара при встречных передачах	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибка 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники нижней прямой подачи мяча (10 раз)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибка 1 балл	6 ошибок и более 0
Раздел программы	Баскетбол						
Оценка техники штрафного броска (10 бросков)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибка 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники броска одной рукой от плеча в прыжке(10	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибка 1 балл	6 ошибок и более 0

раз)							
Раздел программы	Гимнастика с элементами акробатики						
Акробатика	Оценивается техника выполнения акробатической комбинации						
Опорный прыжок	Оценивается техника выполнения опорных прыжков						
Лазание по канату	Оценивается техника выполнения и скорость						

**Учебные нормативы по усвоению навыков, умений
развитию двигательных качеств. 10 -11 класс**

Баллы	100-90	89.99-80	79.99-70	69.99-60	59.99-50	49.99-40	Ниже 40
Раздел программы	Легкая атлетика						
60м (сек) Мал	8,4 и ниже	8,5-8,7	8,8-9,0	9,1-9,3	9,4-9,6	9,7-9,9	10.0 и выше
Дев.	9,9 и ниже	10-10,2	10.3-10,4	10,5-10,7	10,8-11,00	11,1-11,3	11,4 и выше
100м(сек) Мал	14,1 и ниже	14,2-14,4	14,5-14,7	14,8-15,0	15,1-15,3	15,4-15,6	15,7 и выше
Дев.	16,9 и ниже	17,0-17,2	17,3-17,5	17,6-17,8	17,9-18,1	18,2-18,4	18,5
Бег на 3000м (мин, с)мал	14,10 и ниже	14,11-15,11	15,12-16,12	16,13-17,13	17,14-18,14	18,15-19,15	19,16 и выше
Бег на 2000м (мин, с) дев	11,10 и ниже	11,11-12,11	12,12-13,12	13,13-14,13	14,14-15,14	15,15-16,15	16,16 и выше
Прыжок в длину с разбега Мал	430 и выше	429-419	418-408	407-393	392-382	381-371	370 и ниже
Дев	390 и выше	389-379	378-368	367-357	356-346	345-335	334 и ниже
Прыжок в высоту способом «перешагивание» Мал	115 и выше	114-112	111-109	108-106	105-103	102-101	100 и ниже
Дев	95 и выше	94-93	91-92	90-89	87-85	84-83	82 и ниже

Метание спортивного снаряда 700 г (м) Мал	30 и выше	29-27	26-24	23-21	20-18	17-15	14 и ниже
Метание спортивного снаряда 500 г Дев	17 и выше	16-15	14-13	12-11	10-9	8-7	6 и ниже
Раздел программы	Физическая подготовленность						
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами Мал	213 и выше	212-202	201-191	190-180	179-169	168-158	157 и ниже
Дев.	175 и выше	174-164	163-153	152-142	141-131	130-120	119 и ниже
Прыжок через скакалку (кол-во раз мин) мал	130 и выше	129-125	124-120	119-115	114-110	109-105	104 и ниже
Дев	140 и выше	139-135	134-130	129-125	124-120	119-115	114 и ниже
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) Мал	32 и выше	31-28	27-22	21-17	16-12	11-8	
Дев	14	13-12	11-9	8-7	6-5	4-3	2
Подтягивание (кол-во раз) Мал	13 и выше	12-11	10-9	8-7	6-5	4	3 и ниже
Челночный бег 3x10 Мал	7,5 и ниже	7,6-7,7	7,8-7,9	8,0-8,1	8,2-8,3	8,4-8,5	8,6 и выше
Дев	8,5 и ниже	8,6-8,7	8,8-8,9	9,0-9,1	9,2-9,3	9,4-9,5	9,6 и выше
Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/за 1 мин) Мал	40 и выше	39-37	36-34	33-32	31-29	28-27	26 и ниже

Дев.	35 и выше	34-33	32-31	30-29	28-27	26-24	23 и ниже
Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	12 и выше	11	10	9	8	7	6 и ниже
Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз) Мал	9 и выше	8	7	6	5	4	3 и ниже
Дев	8 и выше	7	6	5	4	3	2 и ниже
Раздел программы	Волейбол						
Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах (12 раз)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники нападающего удара при встречных передачах	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники нижней прямой подачи мяча (10 раз)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Раздел программы	Баскетбол						

Оценка техники штрафного броска (10 бросков)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Оценка техники броска одной рукой от плеча в прыжке(10 раз)	Без ошибок 10 баллов	1 ошибка 8 баллов	2 ошибки 6 баллов	3 ошибки 4 балла	4 ошибки 3 балла	5 ошибок 1 балл	6 ошибок и более 0
Раздел программы	Гимнастика с элементами акробатики						
Акробатика	Оценивается техника выполнения акробатической комбинации						
Опорный прыжок	Оценивается техника выполнения опорных прыжков						
Лазание по канату	Оценивается техника выполнения и скорость						

Критерии оценивания тестовых заданий

1.Оценивание задания с выбором одного правильного ответа.

Критерии оценивания:

- выбран правильный ответ – 1 балл;
- выбран неправильный ответ ИЛИ ответ не выбран – 0 баллов.

2.Оценивание задания с множественным выбором правильного ответа.

Критерии оценивания:

- выбраны все правильные ответы – 2 балла;
- допущена одна ошибка (невыбранный правильный ответ рассматривается как ошибка) – 1 балл;
- допущено 2 ошибки – 0 баллов.

3.Оценивание задания на установление соответствия или последовательности.

Критерии оценивания:

- выбраны все правильные ответы – 2 балла;
- допущена одна ошибка – 1 балл;
- допущено 2 ошибки – 0 баллов.

4.Оценивание заданий со свободным развернутым ответом

Критерии оценивания:

- ответ включает все названные эталонные элементы, не содержит фактических ошибок – 3 балла;
- ответ включает один ошибочный элемент и не содержит фактических ошибок или ответ включает все названные эталонные элементы, но содержит фактические ошибки – 2 балла;
- ответ включает 2 ошибочных элемента и не содержит фактических ошибок
- ответ включает один ошибочный элемент, но содержит биологические ошибки – 1 балл;

- ответ неправильный ИЛИ к выполнению задания обучающийся не приступил – 0 баллов.