

MINISTERUL EDUCAȚIEI, CULTURII ȘI CERCETĂRII  
AL REPUBLICII MOLDOVA

**CURRICULUM NAȚIONAL**

# **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ**

Clasele V-IX

- Curriculum disciplinar
- Ghid de implementare

Chișinău, 2020

## CURRICULUM DISCIPLINAR

### Aprobat:

- Consiliul Național pentru Curriculum, proces-verbal nr. 22 din 05.07.2019
- Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 906 din 17.07.2019

### COORDONATORI:

- **Angela CUTASEVICI**, Secretar de Stat în domeniul educației, MECC
- **Valentin CRUDU**, dr., șef Direcție învățământ general, MECC, coordonator al managementului curricular
- **Vasile ONICA**, consultant principal, MECC, coordonator al grupului de lucru

### EXPERȚI-COORDONATORI:

- **Vladimir GUȚU**, dr. hab., prof. univ., USM, expert-coordonator general
- **Ludmila URSU**, dr., prof. univ., UPS „Ion Creangă”, expert-coordonator pe ariile curriculare *Arte și Sport*

### GRUPUL DE LUCRU:

- **Nicolae BRAGARENCO** (coordonator), dr., lector univ., USEFS
- **Artur BUDAC**, grad did. superior, IPLT „Ion Pelivan”, s. Răzeni, r. Ialoveni
- **Alina BURDUH**, grad did. întâi, IPLT „Mihail Kogălniceanu”, Chișinău
- **Panfil SAVA**, conf. univ., USEFS

*Traducere:* **Sergiu DANAIL**, dr., prof. univ., USEFS

Физическое воспитание : Curriculum național : Clasele 5-9 : Curriculum disciplinar : Ghid de implementare / Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova ; coordonatori: Angela Cutasevici, Valentin Crudu, Vasile Onica ; grupul de lucru: Nicolae Bragarenco (coordonator) [et al.] ; traducere: Sergiu Danail. – Chișinău : Lyceum, 2020 (F.E.-P. "Tipografia Centrală"). – 124 p. : fig., tab.

Referințe bibliogr.: p. 121-122 (31 tit.). – 300 ex.

ISBN 978-9975-3438-2-4.

373.4.091:796(073)

Ф 505

## GHID DE IMPLEMENTARE

**Elaborat** în conformitate cu prevederile Curriculumului disciplinar, aprobat la ședința Consiliului Național pentru Curriculum, prin ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 906 din 17.07.2019

### COORDONATORI:

- **Angela CUTASEVICI**, Secretar de Stat în domeniul educației, MECC
- **Valentin CRUDU**, dr., șef Direcție învățământ general, MECC, coordonator al managementului curricular
- **Vasile ONICA**, consultant principal, MECC, coordonator al grupului de lucru

### EXPERȚI-COORDONATORI:

- **Vladimir GUȚU**, dr. hab., prof. univ., USM, expert-coordonator general
- **Ludmila URSU**, dr., prof. univ., UPS „Ion Creangă”, expert-coordonator pe ariile curriculare *Arte și Sport*

### GRUPUL DE LUCRU:

- **Nicolae BRAGARENCO** (coordonator), dr., lector univ., USEFS
- **Artur BUDAC**, grad did. superior, IPLT „Ion Pelivan”, s. Răzeni, r. Ialoveni
- **Alina BURDUH**, grad did. întâi, IPLT „Mihail Kogălniceanu”, Chișinău
- **Panfil SAVA**, conf. univ., USEFS

*Traducere:* **Sergiu DANAIL**, dr., prof. univ., USEFS

# Введение

Куррикулум по учебной дисциплине *Физическое воспитание* для V-IX классов (далее – *Куррикулум*), наряду с учебниками, методическими пособиями, образовательным электронным обеспечением и т. д. является частью пакета куррикулумных продуктов/документов и является одним из основных компонентов *Национального куррикулума*.

Разработанный в соответствии с положениями *Кодекса об образовании Республики Молдова (2014)*, *Основ Национального куррикулума (2017)*, *Базового Куррикулума: система компетенций для общего образования (2018)*, а также с *Рекомендациями Европейского парламента и Совета Европейского союза по ключевым компетенциям с точки зрения обучения на протяжении всей жизни (Брюссель, 2018)*, *Куррикулум* представляет собой регулирующий документ, определяющий взаимодействие концептуальных, телеологических, содержательных и методологических подходов к дисциплине *Физическое воспитание* в V-IX классах, в котором основное внимание уделяется системе компетенций как новой основы образовательных целей.

Дисциплина *Физическое воспитание*, представленная в педагогическом плане в *Куррикулуме*, обладает ценным потенциалом для формирования и развития личности ученика в единстве социо-психо-физических планов. Формирующие воздействия дисциплины разнообразны и значимы: гармоническое и здоровое развитие организма; повышение, поддержание и восстановление двигательных качеств и здоровья; динамизация психических процессов, в том числе волевых и аффективных; повышение уровня выносливости; стимулирование интеллектуальной деятельности; формирование моральных качеств, таких как командный дух и лояльность в соревновании, предприимчивость, смелость и преданность, ответственность, дисциплина и самоконтроль, патриотизм и т. д.

*Куррикулум* относится ко второму поколению документов, основанных на компетенциях. Необходимость изменений была обусловлена различными факторами, такими как:

- истечение срока функционирования предыдущего куррикулума [4] (2010-2019);
- продвижение новых образовательных и куррикулумных политик в области развития системы образования, таких как внедрение критериального оценивания через дескрипторы (КОД) по дисциплине *Физическое воспитание* в гимназических классах, концептуализация системы менеджмента куррикулума и др.;
- уязвимые аспекты, выявленные в процессе мониторинга предыдущего куррикулума.

Развитие *Куррикулума* было обосновано системным и целостным процессом оценки предыдущего куррикулума согласно утверждённой методологии [12, 13]. Разработка документа проведена в ключе парадигмы, заданной в *Основах Национального куррикулума* [1], с учётом:

- постмодернистских подходов и тенденций развития куррикулума на национальном и международном уровнях;
- необходимости адаптации куррикулума к ожиданиям общества, потребностям учащихся, а также к традициям национальной школы;
- значимости дисциплины для формирования трансверсальных, трансдисциплинарных и специфических компетенций;
- необходимости обеспечения непрерывности и взаимосвязей между уровнями и циклами общего образования: раннее образование, начальное образование, гимназическое образование и лицейское образование.

*Куррикулум* включает в себя следующие структурные компоненты: *Введение; Концептуальные основы; Администрирование дисциплины; Специфические компетенции дисциплины; Генеративная матрица единиц компетенций; Обязательные модули и модули по выбору, которые включают: единицы содержания, оцениваемые продукты, рекомендуемые виды учебной деятельности; Генеративная матрица меж- и трансдисциплинарных связей; Методологические основы преподавания – учения – оценивания; Библиография.*

*Функции Куррикулума:*

- концептуализация куррикулумного подхода к предмету *Физическое воспитание* в V-IX классах;
- регулирование и обеспечение согласованности данной дисциплины с другими учебными дисциплинами; преподавания, учения и оценивания; куррикулумных документов/продуктов по учебному предмету; структурных компонентов предметного куррикулума; образовательных стандартов с конечными куррикулумными целями;
- проектирование образовательного процесса (на уровне соответствующего класса);
- оценивание учебных результатов и т. д.

Выполнение этих функций определяет основные категории пользователей: учителя, авторы учебников и других дидактических пособий, менеджеры в области образования и другие заинтересованные лица, включая родителей. Основным бенефициаром/потребителем данного документа является учащийся (имеющий особый статус в этом смысле).

Важной особенностью *Куррикулума* является усиление направленности на ученика, достигнутое путём диверсификации образовательных предложений: модульная реорганизация и предоставление некоторых модулей по выбору наряду с обязательными модулями; разнообразие видов/спортивных игр, предложенных в каждом из модулей.

*Куррикулум* обосновывает и направляет деятельность учителя, облегчает творческий подход к долгосрочному и краткосрочному дидактическому проектированию, а также к осуществлению процесса преподавания – учения – оценивания. Другая важная характеристика *Куррикулума* заключается в продвижении доверия к учителю физического воспитания путём расширения свобод и повышения степени ответственности при разработке траектории формирования ученика в зависимости от различных факторов воздействия на уровне конкретных человеческих и материальных ресурсов. В этом контексте, по согласованию с другими участниками образовательного процесса (учениками, менеджерами в области образования), *Куррикулум* предоставляет учителю право решать:

- какие модули выбирать в каждом учебном году из предложенных по выбору в *Куррикулуме*;
- в каком порядке эшелонировать обязательные модули и модули по выбору в течение учебного года;
- какие виды спорта выбирать, соответственно, в каждом модуле;
- до какого уровня/подуровня, из представленных в *Куррикулуме*, продлевать изучение выбранного вида спорта в гимназическом цикле;
- в какой мере использовать предлагаемое учебное содержание;
- как использовать рекомендуемые виды учебной деятельности;
- какой из рекомендуемых оцениваемых продуктов выбирать в каждом конкретном случае, для каждого ученика.

Благодаря этим новым свободам, *Куррикулум* создает благоприятную основу для адаптации к реалиям, в рамках которых проводится образовательный процесс по дисциплине *Физическое воспитание*: наличие или отсутствие спортивного зала/спортивной площадки, других ресурсов, необходимых для занятий определённым видом спорта; состояние здоровья учащихся, их предпочтения и способности; региональные, местные традиции и традиции учебного заведения и т. д. Как результат, ожидается повышение мотивации учеников, что позитивно скажется на уровне школьной успеваемости, привлекательности и престижа дисциплины, усилении влияния физического воспитания в ходе формирования личности школьника.

# 1. Концептуальные основы

## 1.1. Куррикулум по учебной дисциплине *Физическое воспитание* для V-IX классов: системный подход

Инновационные подходы *Куррикулума* определены модульной реорганизацией дисциплины. «Модуль – это автономный элемент, состоящий из образовательного содержания, сопровождаемого программой действий», «интегрированный функциональный блок, обеспечивающий учебный опыт (как теоретический, так и практический) как средство для достижения дидактических целей (образовательных результатов)» [согласно 31, с. 55].

*Куррикулум* предлагает гибкую модульную структуру:

- направленную на уровне конечных результатов с помощью *генеративной матрицы единиц компетенций и специфических компетенций дисциплины*;
- состоящую из *обязательных модулей и модулей по выбору*, каждый из которых включает *единицы содержания, оцениваемые продукты и рекомендуемые виды учебной деятельности*;
- отличающуюся высоким уровнем интеграции, обеспечиваемым *генеративной матрицей меж- и трансдисциплинарных связей*.

Являясь составной частью *Национального куррикулума*, *Куррикулум* представляет собой систему понятий, процессов, продуктов и образовательных целей, которые в комплексе обеспечивают освоение учениками всего опыта, тщательно спланированного и ориентированного на достижение ими образовательных целей по данному предмету согласно наивысшим стандартам и в соответствии со своими индивидуальными возможностями.

- Как понятие *Куррикулум* отводит приоритетную роль образовательным целям, выраженным в терминах компетенций, которые становятся также критериями для определения и организации содержания, а также и для выбора стратегий.

Система компетенций, определяемых *Куррикулумом*, структурирована по трём уровням.

- **Ключевые/трансверсальные/трансдисциплинарные компетенции** формируются и развиваются постепенно на протяжении всех уровней и циклов обучения. Ключевые компетенции составляют важную *куррикулумную* категорию и определяются на высоком уровне абстракции и обобщения (см. *Кодекс об образовании Республики Молдова*, статья 11 (2)). Трансверсальность и трансдис-

*«Школьная компетенция – это интегрированная система знаний, навыков, отношений и ценностей, приобретенных, сформированных и развитых учеником в процессе обучения, мобилизация которой позволяет распознавать и решать различные проблемы в разнообразных контекстах и ситуациях».*

*Основы Национального куррикулума*

циплинарность могут быть выделены в качестве важных характеристик ключевых компетенций, поскольку эти компетенции пересекают различные сферы общественной жизни, а также межпредметные границы.

- **Специфические компетенции дисциплины *Физическое воспитание*** вытекают из ключевых/трансверсальных/трансдисциплинарных компетенций, которые формируются, развиваются постепенно и прогрессивно на протяжении всего периода обучения, начиная с 5-го класса и до окончания 9-го класса.
- **Единицы компетенций** – это составляющие элементы компетенций, которые опосредуют формирование специфических компетенций, выстраивают этапы/«кирпичики» в процессе их приобретения. Единицы компетенций структурируются и развиваются по модулям и годам обучения.

*Куррикулум* предлагает новую форму организации единиц компетенций – *генеративную матрицу единиц компетенций*. Данная матрица структурирована по:

- уровням физического воспитания в гимназическом цикле: **A** – начальном; **B** – базовом;
- подуровням, соответствующим году обучения для соответствующего модуля/вида спорта/спортивной игры: **A1, A2; B1; B2; B3**.

На каждом подуровне матрица генерирует систему из четырех единиц компетенций, которая включают в себя постоянные и переменные компоненты.

- ✓ Постоянные компоненты относятся к способностям, содержаниям и формирующим контекстам.
- ✓ Переменные компоненты относятся к формирующим средствам обучения и определяются в соответствии с выбранным модулем.

Следует отметить, что общее количество подуровней (5) равно количеству лет изучения дисциплины в гимназическом цикле, что дает учителю возможность разрабатывать непрерывный и прогрессивный курс для каждого выбранного модуля/вида спорта/спортивной игры. В то же время обеспечивается возможность разнообразия модулей, соответственно, видов спорта/спортивных игр от одного учебного года к другому, что позволит ознакомить учащихся с различными видами спорта, осуществляя тем самым аспекты воспитания для спорта.

Наличие обязательных модулей, которые непрерывно изучаются в V-IX классах, обеспечивает полный курс формирования единиц компетенций, что приводит к прогрессивному и постепенному формированию специфических компетенций дисциплины по завершению гимназического цикла образования. Наличие модулей по выбору, которые могут изучаться непрерывно меньшее количество лет, даёт возможность дополнить учебный курс на основе диверсификации средств обучения, предоставляемых в различных модулях посредством различных видов спорта/спортивных игр.

Таким образом, данная матричная структура обосновывает на уровне конечных целей диверсификацию образовательных предложений дисциплины и свобод, предоставленных учителю в плане куррикулумного проектирования дисциплины.



- Согласно концепции *Куррикулума*, **учебное содержание** представляет собой средство формирования компетенций, оно становится мобильным, гибким и даёт учителю свободу и ответственность за принятие решений о мерах и способах использования в образовательном процессе в соответствии с различными факторами воздействия (особенности учащихся, местности или географической зоны, доступных ресурсов и т. д.).

Система учебных содержаний *Куррикулума* структурирована по единицам содержания, распределённым по модулям и уровням/подуровням. Важной особенностью является усиление меж- и трансдисциплинарных подходов на уровне куррикулумных содержаний (закономерности, особенности, явления, процессы, данные и т. д.), что обеспечено предлагаемой «Генеративной матрицей меж- и трансдисциплинарных связей».

- С процессуальной точки зрения *Куррикулум* основывается на следующих положениях:
  - продвижение конструктивистской и интерактивной концепций: центрирование на ученике, активное взаимодействие учащегося с другими учениками/учителями, а также с учебным содержанием, построение новых знаний, собственного понимания и т. д.;
  - осуществление внутри-, меж- и трансдисциплинарности в аутентичных учебных контекстах ввиду эффективного формирования компетенций;
  - использование принципов индивидуализации, дифференциации, личностного подхода в процессе обучения, эффективное обеспечение инклюзивного образования;
  - обеспечение интеграции процесса преподавания – учения – оценивания – осуществление обратной связи;
  - создание высокоэффективных сред обучения;
  - переосмысление оценивания школьных результатов с позиции критериального оценивания через дескрипторы.

- **Рекомендованные виды учебной деятельности и продукты оценивания** представляют собой открытые списки ситуаций/контекстов, значимых для проявления единиц компетенций, предусмотренных для формирования/развития и оценивания в данном модуле. В процессе проектирования и проведения уроков учитель волен в выборе рекомендованных продуктов, но и ответственен за него. Учитель может дополнить предложенный список в зависимости от специфики конкретного класса, уровня физического развития и состояния здоровья каждого ученика, доступных ресурсов и т. д.

Процессуальный аспект также подразумевает использование общедидактических принципов в специфических контекстах дисциплины:

*Интуитивный принцип* предполагает стимулирование как можно большего числа анализаторов, чтобы сформировать у учащихся более точную картину того, что изучается;

*Принцип активного и сознательного участия* заключается в правильном и глубоком понимании конкретных целей процесса выполнения физических упражнений, правильном понимании, запоминании и воспроизведении изучаемых двигательных действий и деятельности, стимулируя ответственность и самоконтроль субъектов по успешности обучения;

*Принцип доступности и индивидуализации* подчеркивает особенность организации и проведения процесса по выполнению физических упражнений в соответствии с особенностями занимающихся (возраст, пол, уровень подготовки);

*Принцип систематизации и преемственности* имеет большое значение, особенно для правильной и эффективной разработки документов поэтапного дидактического проектирования и мониторинга успеваемости учащихся;

*Принцип соотношения обучения с требованиями практической деятельности* – приобретённые двигательные умения и навыки будут применяться в различных внеклассных и внешкольных мероприятиях;

*Принцип устойчивого обучения* – соблюдение этого принципа обусловлено тем, как соблюдаются все другие принципы обучения.

## 2. Администрирование дисциплины

Статус дисциплины	Куррикулумная область	Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в году <sup>1</sup>
Обязательный	Спорт	V	2	70
		VI	2	70
		VI	2	70
		VIII	2	70
		IX	2	68

### Примерное распределение часов по модулям

Модули		Класс				
		V	VI	VII	VIII	IX
Обязательные	• Лёгкая атлетика	14	14	14	12	12
	• Гимнастика	16	16	14	12	10
	• Спортивная игра 1	10	10	10	12	12
	• Спортивная игра 2	10	10	10	12	12
По выбору	• Элементы танца	8	8	10	10	10
	• Индивидуальная спортивная игра					
	• Рекреативный вид спорта	8	8	8	8	10
	• Индивидуальный вид спорта					
	• Национальный вид спорта					
Часы по усмотрению учителя		4	4	4	4	4

### Примечания:

- ✓ В каждом учебном году:
  - планируется шесть модулей: четыре обязательных модуля и два модуля по выбору;
  - предлагается два пакета модулей по выбору: каждый модуль по выбору определяется из вариантов, предложенных в соответствующем пакете;
  - в каждом запланированном модуле, за исключением модулей «Гимнастика» и «Лёгкая атлетика», отбирается только одна спортивная игра/вид спорта из предложенных.
- ✓ Выбор модулей, а также видов спорта/спортивных игр может варьироваться от одного класса к другому. Соответственно, курс обучения проектируется по уровням: **А. Начинаящий**; **В. Базовый** (см. *Генеративная матрица*).
- ✓ При выборе модулей и видов спорта/спортивных игр учитываются пожелания учащихся, имеющиеся материально-технические возможности, местные традиции (см. *Распределение видов спорта/спортивных игр по модулям*).

<sup>1</sup> Может варьировать в зависимости от структуры учебного года и календарных дат.

- ✓ Последовательность модулей, запланированных в течение каждого учебного года, определяется учителем в зависимости от наличия или отсутствия спортивного зала/спортивной площадки и других факторов воздействия.

### Распределение видов спорта по модулям

Модуль	Класс				
	V	VI	VII	VIII	IX
Лёгкая атлетика	Бег Прыжки Метания	Бег Прыжки Метания	Бег Прыжки Метания	Бег Прыжки Метания	Бег Прыжки Метания
Гимнастика	Акробатика Ритмика и Танец Гимнастика на снарядах	Акробатика Ритмика и Танец Гимнастика на снарядах	Акробатика Гимнастика на снарядах	Акробатика Гимнастика на снарядах	Акробатика Гимнастика на снарядах
Спортивная игра 1 Спортивная игра 2	Баскетбол Гандбол Футбол Регби-тэг Волейбол	Баскетбол Гандбол Футбол Регби-тэг Волейбол	Баскетбол Гандбол Футбол Регби-тэг Волейбол	Баскетбол Гандбол Футбол Регби-тэг Волейбол	Баскетбол Гандбол Футбол Регби-тэг Волейбол
Элементы танца	Элементы танца: народного, спортивного	Элементы танца: народного, спортивного	Элементы танца: народного, спортивного	Элементы танца: народного, спортивного	Элементы танца: народного, спортивного
Индивидуальная спортивная игра	Бадминтон Настольный теннис Шашки Шахматы	Бадминтон Настольный теннис Шашки Шахматы	Бадминтон Настольный теннис Шашки Шахматы	Бадминтон Настольный теннис Шашки Шахматы	Бадминтон Настольный теннис Шашки Шахматы
Рекреативный вид спорта	Плавание Пешеходный туризм	Плавание Пешеходный туризм	Аэробика Плавание Пеший туризм	Аэробика Плавание Пеший туризм	Аэробика Плавание Пеший туризм
Индивидуальный вид спорта			Элементы из: вольной борьбы и дзюдо/ тхэквондо	Элементы из: вольной борьбы и дзюдо/ тхэквондо	Элементы из: вольной борьбы и дзюдо/ тхэквондо
Национальный вид спорта	Ойна Трынта	Ойна Трынта	Ойна Трынта	Ойна Трынта	Ойна Трынта

### 3. Специфические компетенции дисциплины

1. Объяснять эффекты двигательной и спортивной деятельности, проявляя критическое и позитивное мышление при соотнесении различных областей познания, деятельности и человеческих ценностей.
2. Использовать собственный двигательный потенциал в учебной и повседневной деятельности, проявляя самоконтроль для гармоничного физического развития.
3. Управлять добытыми спортивными навыками в процессе соревновательной и рекреационной деятельности, доказывая уважение к участникам, заботу о них, ответственность за общий успех.

### 4. Генеративная матрица единиц компетенций

Уровень		Единицы компетенций
А. Начальный	A1	<p><b>Л. 1.</b> Распознавание пользы от занятий <b>X</b> с точки зрения гармоничного физического развития.</p> <p><b>Л. 2.</b> Принятие правил безопасности и норм гигиены при занятиях <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 3.</b> Комментированное воспроизведение двигательных действий, специфичных для <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 4.</b> Координация интеллектуальных, психомоторных и поведенческих навыков в ходе занятий/игры <b>X</b>.</p>
	A2	<p><b>Л. 1.</b> Описание пользы от занятий <b>X</b> с точки зрения гармоничного физического развития.</p> <p><b>Л. 2.</b> Соответствие правилам безопасности и нормам гигиены при занятиях <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 3.</b> Комментированный показ двигательных действий, специфичных для <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 4.</b> Координация интеллектуальных, психомоторных и поведенческих навыков в ходе занятий/игры <b>X</b>.</p>
В. Базовый	B1	<p><b>Л. 1.</b> Выявление пользы от занятий <b>X</b> с точки зрения личностного развития.</p> <p><b>Л. 2.</b> Следование правилам безопасности и нормам гигиены при занятиях <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 3.</b> Комментированное воспроизведение структур движений в комплексе элементов и технических приемов, специфичных для <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 4.</b> Координация специфичных навыков в ходе занятий/игры <b>X</b>.</p>
	B2	<p><b>Л. 1.</b> Объяснение пользы от занятий <b>X</b> с точки зрения личностного развития.</p> <p><b>Л. 2.</b> Соблюдение правил безопасности и норм гигиены при занятиях <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 3.</b> Комментированное выполнение структур движений в комплексе элементов и технических приемов, специфичных для <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 4.</b> Координация специфичных навыков в ходе занятий/игры <b>X</b>.</p>
	B3	<p><b>Л. 1.</b> Анализ положительных эффектов от занятий <b>X</b> с точки зрения личностного развития.</p> <p><b>Л. 2.</b> Поддерживание правил безопасности и норм гигиены при занятиях <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 3.</b> Комментированный показ структур движений в комплексе элементов и технических приемов, специфичных для <b>X</b>.</p> <p><b>Л. 4.</b> Координация специфичных навыков в ходе занятий/игры <b>X</b>.</p>

Для обязательных модулей, уровни/подуровни устанавливаются последовательно, начиная с **A1** на первом году обучения в гимназическом цикле (5-й класс). Для модулей по выбору динамика уровней/подуровней устанавливается учителем в зависимости от преемственности выбора и специфики конкретного класса учащихся.

При определении единиц компетенций:

**N** – заменяется порядковым номером модуля в долгосрочном проекте;

**X** – заменяется названием спортивной дисциплины/вида спорта/спортивной игры, выбранной в соответствующем модуле.

*Пример 1. Модуль «Лёгкая атлетика», VIII класс.*

На четвертом году обучения (*VIII класс*) устанавливается **четвертый уровень – B2**.

Допустим, что учитель планирует провести этот модуль первым в учебном году. Соответственно, подставляем **X = лёгкая атлетика**, **N = 1** и определяем единицы компетенции:

<b>Уровень B2</b>	<p><b>1. 1.</b> Объяснение пользы от занятий лёгкой атлетикой с точки зрения личностного развития.</p> <p><b>1. 2.</b> Соблюдение правил безопасности и норм гигиены при занятиях лёгкой атлетикой.</p> <p><b>N. 3.</b> Комментированное выполнение структур движений в комплексе элементов и технических приёмов, специфичных для лёгкой атлетики.</p> <p><b>N. 4.</b> Координация соответствующих навыков в ходе занятий лёгкой атлетикой.</p>
-------------------	--

*Пример 2. Модуль «Спортивная игра», VIII класс.*

Допустим, что учитель решил впервые выбрать гандбол, следовательно, устанавливается уровень **A – начальный**. В зависимости от конкретного класса, учитель может выбрать либо уровень **A1**, либо уровень **A2**.

Предположим, что учитель устанавливает уровень **A2** и планирует реализовать этот модуль третьим в учебном году. В таком случае, подставляем **X = гандбол**, **N = 3** и определяем единицы компетенции:

<b>Уровень A2</b>	<p><b>N. 1.</b> Описание пользы от занятий гандболом с точки зрения гармоничного физического развития.</p> <p><b>N. 2.</b> Соответствие правилам безопасности и нормам гигиены в ходе занятий гандболом.</p> <p><b>N. 3.</b> Комментированный показ двигательных действий, специфичных для гандбола.</p> <p><b>N. 4.</b> Координация интеллектуальных, психомоторных и поведенческих навыков в ходе игры в гандбол.</p>
-------------------	---

# 5. Обязательные модули

## Модуль ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

УРОВЕНЬ А1 V класс	УРОВЕНЬ А2 VI класс	УРОВЕНЬ В1 VII класс	УРОВЕНЬ В2 VIII класс	УРОВЕНЬ В3 IX класс
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Легкая атлетика – вид спорта</b></p> <p><b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Специфика движений:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бег: медленный, перекатом, с захлестом голени, прямыми ногами вперед, прямыми ногами назад, с высоким подниманием бедра;</li> <li>- Прыжки: на обеих ногах, на одной, прыжковый шаг, подскоки, многоскоки;</li> <li>- Метания: метание, запущ, бросок, толчок</li> </ul> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <p><b>Прикладные упражнения:</b></p> <p>Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Специальные упражнения бегуна;</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Специфика движений:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бег: приставными шагами, скрестными шагами;</li> <li>- Прыжки: в длину, в высоту, в глубину;</li> <li>- Метания: в цель, на расстоянии, с места, с разбега</li> </ul> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <p>- Прикладные упражнения:</p> <p>Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Варианты специальных упражнений бегуна;</li> <li>- Скоростной бег на короткие дистанции с высокого старта;</li> <li>- Челночный бег;</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Специфика движений:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бег: низкий старт, стартовый разбег, бег по дистанции, финиширование;</li> <li>- Прыжки: разбег, толчок, полёт, приземление;</li> <li>- Метания: держание снаряда, разбег скрестным шагом</li> </ul> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <p><b>Прикладные трассы с преодолением различных горизонтальных и вертикальных препятствий.</b></p> <p>Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Специальные упражнения бегуна, варианты комбинации;</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Специфика движений:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ходьба: спортивная ходьба;</li> <li>- Бег: низкий старт, стартовый разбег, бег по дистанции, финиширование;</li> <li>- Прыжки: разбег, толчок, полёт, приземление;</li> <li>- Метания: держание снаряда, определение/измерение длины разбега, финальное усилие, запущ предмета и сохранение равновесия</li> </ul> <p><b>Правила соревнований:</b></p> <p>Бег, прыжки, метания</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <p>Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Скоростной бег;</li> <li>- Челночный бег;</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Специфика движений:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бег: передача палочки в эстафетном беге;</li> <li>- Спортивная ходьба: техника спортивной ходьбы;</li> <li>- Метания: держание снаряда, определение/измерение длины разбега, финальное усилие, запущ предмета и сохранение равновесия</li> </ul> <p><b>Правила соревнований:</b></p> <p>Бег, прыжки, метания</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <p>Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Скоростной бег;</li> <li>- Челночный бег;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Скоростной бег на короткие дистанции с высокого старта;</li> <li>- Скоростной бег по прямой и по виражу, индивидуально и в группе;</li> <li>- Бег на выносливость в равномерном и переменном темпе.</li> </ul> <p><i>Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Специальные упражнения;</li> <li>- Прыжки в длину с места с приземлением в различные положения;</li> <li>- Прыжки с места и с короткого разбега с преодолением различных горизонтальных и вертикальных препятствий (вехи, медицинские мячи/барьеры разной высоты и т. д.);</li> <li>- Прыжки в глубину с малых высот (20-40 см) с приземлением на обе ноги, далее – на левую/правую.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ходьба в быстром темпе по пересеченной местности;</li> <li>- Бег на выносливость в равномерном и переменном темпе по пересеченной местности.</li> </ul> <p><i>Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Специальные упражнения прыгуна;</li> <li>- Прыжок в длину с места прогибанием, «ножницами», с подтягиванием коленей к груди;</li> <li>- Прыжки с места и с разбега с преодолением различных горизонтальных и вертикальных препятствий (вехи, медицинские мячи/барьеры различной высоты и т. д.) на обеих маховым и прыжковым шагом;</li> <li>- Прыжки в глубину с малых высот (30-45 см) с приземлением на обе ноги, позже – на левую/правую с последующим вертикальным прыжком.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Скоростной бег: низкий старт, стартовый рывок, финиширование;</li> <li>- челночный бег;</li> <li>- Бег на выносливость: высокий старт, координация дыхания с ритмом беговых шагов в равномерном темпе;</li> <li>- Кросс: высокий старт, бег в равномерном темпе, координация дыхания с темпом беговых шагов;</li> <li>- Ходьба в быстром темпе по пересеченной местности.</li> </ul> <p><i>Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Специальные упражнения прыгуна, прыжки через низкие препятствия;</li> <li>- Прыжок со среднего разбега свободным оттапливанием и свободным приземлением;</li> <li>- Прыжки в длину способом «согнув ноги»: разбег, толчок, полет и приземление;</li> <li>- Многократные прыжки (тройной, четвертной, десятичный и т. д.);</li> <li>- Прыжки в высоту различными приемами.</li> </ul> <p><i>Метания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросок/толкание медицинского мяча (1 кг) одной и двумя руками из различных положений и на дальность;</li> </ul>	<p><i>Бег:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Скоростной бег: низкий старт, стартовый рывок, бег по дистанции, финиширование;</li> <li>- Челночный бег;</li> <li>- Бег на выносливость/кросс, высокий старт, бег в переменном темпе, координация дыхания с темпом беговых шагов;</li> <li>- Спортивный бросок;</li> <li>- Эстафетный бег на различные дистанции.</li> </ul> <p><i>Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки в длину способом «согнув ноги»: разбег, толчок, полет и приземление;</li> <li>- Многократные прыжки (тройной, четвертной, десятичный и т. д.);</li> <li>- Прыжки в высоту различными приемами.</li> </ul> <p><i>Метания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросок/толкание медицинского мяча (1,5-2 кг) одной и двумя руками из различных положений и на дальность;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Эстафетный бег, передача эстафетной палочки;</li> <li>- Бег на выносливость, кросс;</li> <li>- Спортивная ходьба.</li> </ul> <p><i>Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги», определение/измерение длины разбега, фаз полета и приземления;</li> <li>- Прыжки в высоту способом «ножницы», определение/измерение длины разбега, полет, приземление;</li> <li>- Многократные прыжки с места и с 5-9 шагов разбега, в состязательной форме.</li> </ul> <p><i>Метания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросок/толкание медицинского мяча (1,5-2 кг) одной и двумя руками из различных положений и на дальность;</li> <li>- Метание малого мяча на дальность</li> </ul>
--	---	---	---	---



<p><b>Метания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Специальные упражнения метателя;</li> <li>- Броски малого мяча с места, в цель;</li> <li>- Броски малого мяча на дальность</li> </ul>	<p><b>Метания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Специальные упражнения метателя;</li> <li>- Метание малого мяча с места и с разбега в горизонтальную/вертикальную цель и на дальность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки в высоту способом «ножницы»: разбег, толчок, полет и приземление.</li> </ul> <p><b>Метания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Специальные упражнения метателя;</li> <li>- Метание малого мяча в горизонтальную/вертикальную цель и на дальность с выполнением скрестных шагов</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Метание малого мяча на дальность</li> </ul>	
<b>Оцениваемые продукты</b>				
<p><b>Вид и результат:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- скоростной бег;</li> <li>- бег на выносливость в равномерном и переменном темпе;</li> <li>- прыжок в длину с места;</li> <li>- метание малого мяча в цель.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>бег в течение дня, в течение определенного периода.</p>	<p><b>Вид и результат:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- скоростной бег;</li> <li>- бег на выносливость в равномерном и переменном темпе;</li> <li>- прыжок в длину с места;</li> <li>- метание малого мяча на дальность.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>беги прыжки в течение дня, в течение определенного периода.</p>	<p><b>Вид и результат:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- скоростной бег;</li> <li>- бег на выносливость/кросс;</li> <li>- прыжок в длину/высоту с разбега;</li> <li>- метание малого мяча скрестным шагом.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>выполнение беговых заданий, прыжков и метаний в течение дня, в течение определенного периода.</p>	<p><b>Вид и результат:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- скоростной бег;</li> <li>- бег на выносливость/кросс;</li> <li>- прыжок в длину/высоту с разбега;</li> <li>- метание малого мяча на дальность.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>использование специфических средств легкой атлетики в течение дня, в течение определенного периода.</p>	<p><b>Вид и результат:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- скоростной бег;</li> <li>- бег на выносливость/кросс;</li> <li>- прыжок в длину/высоту с разбега;</li> <li>- метание малого мяча на дальность;</li> <li>- эстафетный бег.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>использование специфических средств легкой атлетики в течение дня, в течение определенного периода.</p>

<b>Рекомендуемые виды учебной деятельности</b>	
<p><i>Специфические виды деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений для легкой атлетики (бег, прыжки, метания), их различия и сходства в различных видах двигательной деятельности, желательность, с видео/цифровой информационной поддержкой;</li> <li>- выполнение/совершенствование двигательных навыков, характерных для легкоатлетических видов, посредством применения разнообразных спортивных и прикладных средств;</li> <li>- развитие двигательных качеств (скорость, выносливость, специфическая координация) с помощью специальных и комбинированных средств, полиметрических упражнений, эстафет и подвижных игр.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (помощник учителя, руководитель группы/класса);</li> <li>- индивидуальный/групповой/коллективный проект: плакат/афиша/баннер о влиянии практики легкоатлетических видов спорта на здоровье человека (в графической/цифровой форме);</li> <li>- обучение рабочими заданиями: выявление возможностей/преимущества занятий легкой атлетикой в школе, семье, обществе;</li> <li>- семинар: обмен передовым опытом в плане индивидуальных двигательных достижений, характерных для видов легкой атлетики.</li> </ul>	<p><i>Специфические виды деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов используемых видов легкой атлетики, различий и сходств между ними, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- выполнение/совершенствование технических элементов легкоатлетических видов путем разнообразного применения спортивных и утилитарно-прикладных средств;</li> <li>- развитие двигательных качеств (скорость реакции и движения, общая и специальная выносливость, специфическая координация) специфическими средствами: старты на звуковую и зрительную реакцию из различных положений; переменная нагрузка, полиметрические упражнения и др.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (модель, консультант, руководитель группы/команды, помощник учителя и т. д.) в специфических видах легкой атлетики на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- индивидуальный/групповой/коллективный проект: плакат/афиша/баннер/рекламный ролик о преимуществах занятий видами легкой атлетики (в графической/цифровой форме);</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: виды, элементы и соревновательные приемы, характерные для легкой атлетики;</li> <li>- семинар: обмен передовым опытом в отношении применения элементов и соревновательных приемов для достижения максимального результата.</li> </ul>

Модуль ГИМНАСТИКА

УРОВЕНЬ А1 V класс	УРОВЕНЬ А2 VI класс	УРОВЕНЬ В1 VII класс	УРОВЕНЬ В2 VIII класс	УРОВЕНЬ В3 IX класс
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Гимнастика – вид спорта</b>  <b>Полезность от занятий:</b> межтрандисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b>                      Личная гигиена и спортивного инвентаря</p> <p><b>Положения и движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные положения: стоя, присед, сидя;</li> <li>- движения сегментами тела: головой, туловищем, верхними конечностями, нижними конечностями</li> </ul> <p><b>Практическое содержание:</b>  <i>Строевые упражнения и перестроения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передвижения в строю: повороты и перестроение на месте и в движении.</li> </ul> <p><i>Упражнения для гармоничного физического развития:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- комплексы упражнений с предметами и без на месте и в движении.</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> межтрандисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b>                      Страховка партнера</p> <p><b>Положения и движения на снарядах:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положение: висы, упоры и т. д.;</li> <li>- движения: махи, подвёмы, соскоки и т. д.</li> </ul> <p><b>Практическое содержание:</b>  <i>Строевые упражнения и перестроения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перестроение в колонны на месте и в движении;</li> <li>- замыкание и смыкание: дугой вперед и назад.</li> </ul> <p><i>Упражнения для гармоничного физического развития:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- комплексы упражнений с предметами и без на месте и в движении.</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> межтрандисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b>                      Предупреждение травм и самостраховка</p> <p><b>Положения и движения в парах:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Акробатические положения в парах;</li> <li>- Акробатические элементы в парах</li> </ul> <p><b>Практическое содержание:</b>  <i>Строевые упражнения и перестроения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перестроение, замыкание и смыкание, перестроение из одного круга в два круга.</li> </ul> <p><i>Упражнения для гармоничного физического развития:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- комплексы упражнений с партнером и группой.</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> межтрандисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b>                      Оказание помощи</p> <p><b>Групповые акробатические положения и движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- групповые акробатические положения;</li> <li>- групповые акробатические элементы</li> </ul> <p><b>Практическое содержание:</b>  <i>Прикладные упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>применением различных связок: перемещения – лазания – подвёмы – спуски, соскоки; перемещения – ползание – транспортировка; групповые прикладные передвижения с соревновательным характером.</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> межтрандисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b>                      Консультация и взаимопомощь</p> <p><b>Синхронные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- групповые синхронные движения;</li> <li>- групповые синхронные акробатические элементы</li> </ul> <p><b>Правила соревнований, характерные видам гимнастики</b>  <b>Практическое содержание:</b>  <i>Прикладные упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>групповые прикладные передвижения с использованием различных связок: перемещения – спуски, соскоки; перемещения – ползание – транспортировка. – трансспортировка.</li> </ul>

<p>- комплексы упражнений с предметами и без, на месте и в передвижении.</p> <p><b>Прикладные упражнения:</b></p> <p>- прикладные перемещения с элементами ходьбы, бега, прыжков, ползания и лазания и транспортировки (партнера, снаряда) в парах.</p> <p><b>Акробатические элементы:</b></p> <p>- стойка на руках махом б одной ноги и толчком другой;</p> <p>- статические акробатические элементы в парах;</p> <p>- переворот боком;</p> <p>- длинный кувырок вперед с места;</p> <p>- комбинации из акробатических элементов.</p> <p><b>Элементы ритма и танца:</b></p> <p>- основные ритмические шаги;</p> <p>- повороты и прыжки;</p> <p>- махи руками и волны;</p> <p>- аэробная гимнастика: комплексы упражнений.</p>	<p><b>Прикладные упражнения:</b></p> <p>- прикладные перемещения с элементами ходьбы, бега, прыжков, ползания и лазания и транспортировки (партнера, снаряда) в парах.</p> <p><b>Акробатические элементы:</b></p> <p>- стойка на руках махом б одной ноги и толчком другой;</p> <p>- статические акробатические элементы в парах;</p> <p>- переворот боком;</p> <p>- длинный кувырок вперед с места;</p> <p>- комбинации из акробатических элементов.</p> <p><b>Элементы ритма и танца:</b></p> <p>- основные ритмические шаги;</p> <p>- повороты и прыжки;</p> <p>- махи руками и волны;</p> <p>- аэробная гимнастика: комплексы упражнений.</p>	<p><b>Прикладные упражнения:</b></p> <p>- применение перемещений с элементами ходьбы, бега, прыжков, ползания и лазания, транспортировки индивидуальных и парных гирь.</p> <p><b>Акробатические элементы:</b></p> <p>- кувырок вперед, прыжком с места;</p> <p>- стойка на голове и руках (мальчики);</p> <p>- шлагат (девушки);</p> <p>- акробатические комбинации из ранее изученных элементов.</p> <p><b>Акроспорт (группа акробатических элементов):</b></p> <p>- акробатические элементы в парах;</p> <p>- статические позиции вдвоем.</p> <p><b>Гимнастика на снарядах:</b></p> <p>- положения, висы, махи, подъемы, соскоки;</p> <p>- связки из простых элементов висов, упоров, соскоков.</p>	<p><b>Акробатические элементы:</b></p> <p>- равновесие на одной ноге с различными вариантами;</p> <p>- кувырки, различные варианты;</p> <p>- мост (девочки), различные варианты;</p> <p>- стойка на голове и руках, различные варианты (мальчики);</p> <p>- стойка на руках из различных исходных положений;</p> <p>- акробатические связи и комбинации из ранее изученных элементов;</p> <p>- акробатические комбинации из элементов по свободному выбору.</p> <p><b>Акроспорт (групповые акробатические элементы):</b></p> <p>- фигуры из статических положений в группе;</p> <p>- групповые акробатические элементы с соревновательным характером.</p>	<p><b>Акробатические элементы:</b></p> <p>- равновесие на одной ноге в различных вариантах;</p> <p>- кувырки, различные варианты;</p> <p>- мост (девочки), различные варианты;</p> <p>- стойка на голове и руках, различные варианты (мальчики);</p> <p>- стойка на руках из различных исходных положений;</p> <p>- акробатические связи и комбинации из ранее изученных элементов;</p> <p>- акробатические комбинации из элементов по свободному выбору.</p> <p><b>Акроспорт (групповые акробатические элементы):</b></p> <p>- фигуры из статических положений в группе;</p> <p>- групповые акробатические элементы с соревновательным характером.</p>
--	---	---	---	---

<p><b>Гимнастика на снарядах:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положения;</li> <li>- упражнения на равновесие;</li> <li>- простые и смешанные висы, махи.</li> </ul> <p><b>Опорный прыжок:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжок ноги врозь через гимнастического козла (h = 90 см (д); h = 100 см (м))</li> </ul>	<p><b>Гимнастика на снарядах:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упоры, висы, махи, подъемы, соскоки.</li> </ul> <p><b>Опорный прыжок:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжок согнув ноги через гимнастического козла (h = 110 см (д); h = 115 см (м))</li> </ul>	<p><b>Опорный прыжок:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки согнув ноги через гимнастического козла в ширину (h = 110 см (д); h = 115 см (м)).</li> </ul> <p>Расстояние мостика от снаряда – 1 м</p>	<p><b>Опорный прыжок:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки с фиксированным приземлением с гимнастического коня с поворотом на 90°, 180°, 360°;</li> <li>- прыжок ноги врозь через гимнастического козла (коня) в ширину (h = 115 см (д); h = 120 см (м)).</li> </ul> <p>Расстояние мостика от снаряда – 1 м</p>	<p><b>Гимнастика на снарядах:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- комбинация из ранее освоенных 4-5 элементов.</li> </ul> <p><b>Опорный прыжок:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжок ноги врозь через гимнастического козла (коня) в ширину (h = 115 см (д); h = 120 см (м)).</li> </ul> <p>Расстояние мостика от снаряда – 1 м</p>
<b>Оцениваемые продукты</b>				
<p><b>Элементы, комбинации и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- акробатический элемент;</li> <li>- элемент на снаряде;</li> <li>- акробатическая комбинация;</li> <li>- комплекс художественной гимнастики и танца;</li> <li>- опорный прыжок.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>занятия гимнастикой в течение дня, в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы, комбинации и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- акробатический элемент;</li> <li>- элемент на снаряде;</li> <li>- акробатическая комбинация из 4-5 элементов;</li> <li>- комплекс художественной гимнастики и танца;</li> <li>- опорный прыжок.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>занятия гимнастикой в течение дня, в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы, комбинации и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- акробатический элемент/в парах;</li> <li>- связки элементов на гимнастических снарядах комбинация из 4 - 6 элементов;</li> <li>- статические элементы акроспорта в парах;</li> <li>- опорный прыжок.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>занятия утренней гимнастикой в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы, комбинации и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- акробатическая комбинация под музыкальное сопровождение;</li> <li>- статические элементы групповой акробатики;</li> <li>- комбинация из элементов снарядовой гимнастики;</li> <li>- опорный прыжок.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>комбинации акробатических элементов в комплексах.</p>	<p><b>Элементы, комбинации и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- акробатическая соревновательная комбинация;</li> <li>- простой комплекс групповой спортивной акробатики;</li> <li>- комбинация из элементов снарядовой гимнастики;</li> <li>- опорный прыжок.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>комплексы акробатических элементов в парах.</p>

<b>Рекомендуемые виды учебной деятельности</b>	
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений, различий и сходств между ними в упражнениях по гимнастике, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и использование различных базовых движений тела посредством элементов акробатики, ритмики, танца и комплексов из 3-6 элементов;</li> <li>- создание комплексов из 2-3 акробатических/ритмических/танцевальных элементов;</li> <li>- гармоничное физическое развитие и формирование двигательных качеств (гибкость, координация движений, ритmicность) с помощью специальных/комбинированных средств, прикладных полос, эстафет и подвижных игр.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (руководство, страховка, модель) в деятельности для гимнастики на уровне группы/класса;</li> <li>- индивидуальный/групповой/коллективный проект: афиша/баннерная реклама о спорте (в графическом/цифровом виде);</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: выявление возможностей заниматься гимнастикой в школе, семье, обществе;</li> <li>- семинар: обмен передовым опытом по участию в занятиях по гимнастике в рамках школы и во внеклассной деятельности.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение разнообразных акробатических элементов в связках и комбинациях, возможно с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и использование различных элементов в различных связках из 3-6 элементов в индивидуальных и групповых комплексах (акроспорт);</li> <li>- создание комплексов из 3-6 акробатических элементов для индивидуальных, парных и групповых выступлений (акроспорт);</li> <li>- развитие двигательных качеств (гибкость, координация движений, равновесие, ритmicность и синхронность) посредством специфических, акробатических средств, снарядов и прикладных полос.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (учитель, модель, страховка, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в деятельности, характерной для гимнастики на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- индивидуальный/групповой/коллективный проект: постер/афиша/баннер/рекламный ролик о природных факторах закаливания организма (в графическом/цифровом виде);</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: выявление разнообразия в выполнении акробатических элементов;</li> <li>- семинар: обмен передовым опытом по участию в соревновательных мероприятиях, связанных с гимнастикой в рамках школьной и внешкольной деятельности.</li> </ul>



Модуль СПОРТИВНАЯ ИГРА  
БАСКЕТБОЛ

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ Б1	УРОВЕНЬ Б2	УРОВЕНЬ Б3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Баскетбол – вид спорта</b>  <b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> фол, шаг, двойное ведение, очки</p> <p><b>Позиции и движения:</b> основные положения нападающего и защитника, передвижения, остановки, повороты</p> <p><b>Технические элементы:</b> передача, ловля, броски, ведение и т. д.</p> <p><b>Технико-тактические действия:</b> нападение и защита</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения;</li> <li>- Перемещения, остановки, прыжки;</li> <li>- Удержание, ловля и передача мяча двумя руками по груди;</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> площадка, время игры, минутный перерыв</p> <p><b>Технические приемы:</b> передачи, ловля, броски, дриблинг, перемещения</p> <p><b>Технико-тактические действия:</b> Обыгрывание и прорыв</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перемещения, остановки в два шага, повороты;</li> <li>- Ловля и передача мяча двумя руками от груди, сверху и снизу, одной рукой с места и в движении;</li> <li>- Дриблинг с преодолением препятствий;</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> замена</p> <p><b>Технические элементы:</b> простые и сложные финты</p> <p><b>Элементы отбора мяча:</b> вырывание, выбивание, перехватывание, перекрывание, отбирание</p> <p><b>Технико-тактические действия:</b> Действия двух игроков в нападении. Системы защиты</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Простые и сложные финты;</li> <li>- Ловля и передача мяча одной рукой и двумя руками, с отскоком от площадки;</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> правило 5 сек и 8 сек; судейская жестикуляция</p> <p><b>Технико-тактические действия:</b> Индивидуальные, действия 2-3 игроков, контрдействия</p> <p><b>Элементы и технические приемы:</b> элементы и технические приемы, применяемые в индивидуальных и коллективных тактических действиях</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ловля и передача мяча одной рукой и двумя руками между 2-3 игроками;</li> <li>- Ведение мяча в сочетании передач и бросков;</li> <li>- Броски в корзину в прыжке и после двух шагов;</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Судейство игры:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- экипировка судьи;</li> <li>- жестикуляция судьи и руководство игрой</li> </ul> <p><b>Системы атаки и защиты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в атаке: быстрая и позиционная атака, одного/двух центровых;</li> <li>- в защите: индивидуальной, зональной, смешанной</li> </ul> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Передача мяча одной рукой и двумя руками между 2-3 игроками;</li> <li>- Ведение мяча в сочетании передач и бросков;</li> <li>- Броски в корзину в прыжке и после двух шагов;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски в корзину двумя руками от груди с места;</li> <li>- Ведение мяча на месте и в передвижении;</li> <li>- Индивидуальные тактические действия: защита и нападение</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросок в корзину после остановки прыжком;</li> <li>- Тактические действия в нападение и защите: обыгрывание, прорыв, тактические действия «двойка», защита игрок на игрока на небольшой площадке</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Дриблинг в передвижении с изменением направления и скорости;</li> <li>- Отбор мяча: вырывание, выбивание, перехват, выхватывание; перехватывание;</li> <li>- Бросок в корзину одной рукой сверху, с места и в движении;</li> <li>- Тактические действия: взаимодействие двух игроков в нападения и защите; индивидуальная, зональная защита</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросок в корзину одной рукой сверху после двух шагов;</li> <li>- Овладение мячом: вырывание, перехватывание, выхватывание, перехватывание;</li> <li>- Тактические действия: взаимодействие двух/трех игроков в нападение и защите; зональная защита</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Тактические действия: взаимодействие двух/трех игроков в нападения и защите; быстрая и позиционная атака</li> </ul>
---	--	---	---	--

### Оцениваемые продукты

<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяч двумя руками от груди;</li> <li>- Дриблинг с визуальным контролем.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка передач мяча во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча одной рукой от плеча;</li> <li>- дриблинг с преодолением препятствий.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка дриблинга во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дриблинг с преодолением препятствий;</li> <li>- бросок мяча в корзину одной рукой сверху.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка бросков мяча в корзину во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы и действия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бросок мяча в корзину после 2 шагов;</li> <li>- технико-тактические действия 2 игроков.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка элементов и технических приемов игры во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы и действия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бросок мяча в корзину после 2 шагов;</li> <li>- технико-тактические действия 3 игроков.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка элементов и технических приемов игры во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>
---	--	---	---	---



## ГАНДБОЛ

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Гандбол – спортивная игра</b></p> <p><b>Полезьа от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> фол, шаги, двойное ведение</p> <p><b>Позиции и специфические движения:</b> основные положения, передвижения</p> <p><b>Технические элементы:</b> передача, ловля, метание, дриблинг, вратарская техника</p> <p><b>Технико-тактические действия:</b> разметка и демаркация</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные стойки, передвижения;</li> <li>- Передача мяча одной рукой от плеча, ловля мяча двумя руками на месте и в движении;</li> <li>- Броски в ворота с места и с шагами с 7 м;</li> <li>- Многократный дриблинг на месте;</li> </ul>	<p><b>Полезьа от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> бросок с 7 м, правило 9 м</p> <p><b>Технические приемы:</b> обманные движения, простые и сложные финты</p> <p><b>Элементы владения мячом:</b> вырывание, выбивание, перехват, отбор и т. д.</p> <p><b>Технико-тактические действия:</b> действия двух игроков в нападении; простые системы защиты</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Передача мяча одной рукой от плеча и ловля мяча двумя руками с перемещением на различные расстояния и в разных направлениях, на месте и в движении;</li> </ul>	<p><b>Полезьа от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> замена игроков, жестикуляция судьи</p> <p><b>Технические элементы:</b> техника вратаря, специфические передачи и т. д.</p> <p><b>Технико-тактические действия:</b> индивидуальные, действия 2-3 игроков, противодействия</p> <p><b>Системы атаки и защиты, характерные виду игры:</b> быстрая и позиционная атака с одним центровым/двумя центровыми игроками; индивидуальная, зональная и смешанная защита</p>	<p><b>Полезьа от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Судейство игры:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- экипировка судьи;</li> <li>- жестикуляция судьи и руководство игрой</li> </ul> <p><b>Элементы и технические приемы:</b> технические элементы и приёмы, применяемые в индивидуальных и коллективных тактических действиях</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Передача и ловля мяча в передвижении на различные расстояния и в разных направлениях;</li> <li>- Броски в ворота прыжками с крайних линий, после дриблинга и ловли мяча;</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросок мяча в ворота с места; дриблинг на месте и в передвижении;</li> <li>- Техника вратаря: ловля и вбрасывание мяч в игру;</li> <li>- Тактические действия: прорыв, защита и нападение; система атаки полукругом, система обороны 6:0</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Вратарская техника: блокировка, ловля и вброс мяча в игру;</li> <li>- Тактические действия: обыгрывание, прорыв, система атаки полукругом, контратака</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски в ворота прыжками и скрестными шагами, с 7 м, финты;</li> <li>- Дриблинг с преодолением препятствий;</li> <li>- Техника овладения мячом: вырывание, выбивание, перехват, захват;</li> <li>- Индивидуальные тактические действия в нападении и защите: прорыв, отход; защита;</li> <li>- Коллективные тактические действия в нападении и защите: система атаки в полукруге, контратака, тактические действия в системе обороны</li> </ul>	<p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Передача мяча одной рукой от плеча и ловля мяча двумя руками в передвижении на различные расстояния и в разных направлениях;</li> <li>- Броски в ворота в сочетании с другими техническими приемами;</li> <li>- Многократный дриблинг с преодолением препятствий;</li> <li>- Техника вратаря: блокировка мяча, введение мяча в игру;</li> <li>- Индивидуальные тактические действия в нападении и защите: обманные движения, прорыв, проход, нападение и защита, отход;</li> <li>- Коллективные тактические действия в атаке и защите: взаимодействие 2-3 игроков; система атаки с одним нападающим; коллективные тактические действия в зависимости от системы обороны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Многократный дриблинг в сочетании с различными элементами и техническими приемами;</li> <li>- Техника вратаря: блокировка мяча с 7 м. введение мяча в игру;</li> <li>- Индивидуальные тактические действия в нападении и защите: обманные движения, прорыв, проход, нападение и защита, отход;</li> <li>- Коллективные тактические действия в атаке и защите: взаимодействие 2-3 игроков; система атаки с одним нападающим; коллективные тактические действия в зависимости от системы обороны</li> </ul>
--	---	--	--	--

Оцениваемые продукты				
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча одной рукой от плеча;</li> <li>- бросок мяча в цель.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>отработка шагов во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча в передвигении;</li> <li>- бросок мяча в ворота двумя скрестными шагами.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>отработка дриблинга во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча на расстоянии;</li> <li>- бросок мяча в ворота скрестными шагами после ведения.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>отработка бросков в ворота во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча на расстоянии;</li> <li>- бросок мяча в ворота в прыжке.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>отработка элементов и приемов игры во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и действия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бросок мяча в ворота по указанным сегментам;</li> <li>- технико-тактическая полоса.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме):</p> <p>отработка элементов и приемов игры во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>

ФУТБОЛ

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Футбол – спортивная игра</b>  <b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи  <b>Правила безопасности</b>  <b>Правила игры:</b> игра рукой, фол, бросок с крайней линии.                      Основные положения и движения:                      - основные положения нападающего и защитника.                      Передвижения: ходьба, бег, прыжки, остановки, смена направления  <b>Технические элементы:</b> передачи, приемы, удары, дриблинг, ведение мяча</p>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи  <b>Правила безопасности</b>  <b>Правила игры:</b> игровое поле, корнер, штрафные удары  <b>Технические элементы:</b> передачи, приемы, удары, дриблинг, ведение мяча  <b>Тактические Действия:</b> нападение, защита, прорыв  <b>Практическое содержание:</b>                      - Передача мяча внутренней стороной стопы, полным подъёмом стопы внутренним и наружным, с места и в передвижении, головой с места;                      - Прием мяча ногой на месте и в передвижении;                      - Удары мячом по воротам;</p>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи  <b>Правила безопасности</b>  <b>Правила игры:</b> сигналы судьи  <b>Специфические технические элементы:</b> техника вратаря  <b>Технико-тактические действия:</b> индивидуальные, действия и контрдействия между 2-3 игроками  <b>Специфические системы защиты и атаки:</b> быстрая и позиционная атака; персональная, зональная защита  <b>Практическое содержание:</b>                      - Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы, полным сводом стопы на месте и в передвижении;                      - Прием мяча ногой, бедром, грудью и головой;</p>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи  <b>Правила безопасности</b>  <b>Правила судейства:</b>                      - экипировка судьи;                      - жестикуляция судьи и руководство игрой  <b>Элементы и технические приемы:</b> технические элементы и приемы, применяемые в индивидуальных и коллективных тактических действиях  <b>Практическое содержание:</b>                      - Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы, полным сводом стопы на месте и в передвижении;                      - Прием мяча ногой, бедром, грудью и головой;</p>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удары по мячу внутренним сводом стопы, полным подъёмом стопы, головой;</li> <li>- Пас и приём мяча ногой;</li> <li>- Удары мячом по воротам;</li> <li>- Ведение мяча; Броски с крайней линии и с места от края на месте;</li> <li>- Отбор мяча у противника спереди;</li> <li>- Техника вратаря: отбивания и ловля; Индивидуальные тактические действия: нападение, защита</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мячом, дриблинг;</li> <li>- Отбор мяча у соперника, спереди, перехват;</li> <li>- Техника вратаря: блокировка и ловля; Индивидуальные тактические действия: нападение, защита</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча внутренней, наружной стороной стопы, полным сводом, подошвой, дриблинг;</li> <li>- Удары мячом по воротам с места и в передвижении;</li> <li>- Игра при вбрасывании мяча с боковой линии, при выполнении пенальти, штрафных ударах, угловых (корнер);</li> <li>- Отбор мяча спереди и сбоку;</li> <li>- Техника вратаря: блокировка, ловля и введение мяча в игру;</li> <li>- Тактические действия: нападение с мячом и без мяча; защита тактические действия «один-два», зональная защита</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приём мяча ногой, грудью и головой отведением (амортизируя);</li> <li>- Ведение мяча внутренней, внешней стороной стопы, полным сводом, дриблинг;</li> <li>- Удары мячом по воротам после ведения;</li> <li>- Отбор мяча у противника спереди и сбоку;</li> <li>- Техника, характерная для вратаря: ловля, бокс, отклонение, введение мяча в игру ногой;</li> <li>- Тактические действия в нападении: прорыв защиты, тактическое действие «один-два»;</li> <li>- Тактические действия в защите: противодавления против игрока с мячом и без мяча, дубляж, прессинг, защита игрок на игрока</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча внутренней, наружной стороной стопы, полным сводом, подошвой, дриблинг в адаптированных условиях;</li> <li>- Удары мячом по воротам после ведения;</li> <li>- Отбор мяча у противника спереди, сбоку,зади;</li> <li>- Техника, характерная для вратаря: ловля, бокс, отклонение, введение мяча в игру ногой, бросками рукой/руками;</li> <li>- Тактические действия в нападении: демаркация, прорыв, быстрая и позиционная атака;</li> <li>- Тактические действия в защите: противодавления против игрока с мячом и без мяча, дубляж, прессинг, защита игрок на игрока, зональная защита</li> </ul>
--	---	---	--	---

Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача и прием мяча в парах;</li> <li>- удар мячом в цель.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка ударов во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удар мяча по воротам;</li> <li>- ведение мяча с преодолением препятствий.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка ведений мяча во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удар мяча по воротам на точность;</li> <li>- ведение мяча с преодолением препятствий.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка ударов мяча по воротам во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- жонглирование мячом;</li> <li>- удар мячом по воротам после ведения.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка элементов и приемов игры во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>

ТЭГ-РЕГБИ

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Тэг-регби – спортивная игра</b></p> <p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> вне игры, блокировка, правила вырывания пояса тэг-регби</p> <p><b>Технические приемы:</b> шаги, передвижения, ловля, несение мяча</p> <p><b>Технико-тактические действия:</b> прорыв и проникновение</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перенос мяча одной рукой и двумя руками в беге;</li> <li>- Пас и ловля мяча двумя руками на месте и в движении;</li> <li>- Подбор, приземление, занесение мяча в зачетное поле;</li> <li>- Срыв пояса тэг-регби: срыв пояса/ленточки на месте, в беге, сбоку, сзади;</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> жестикуляция судьи</p> <p><b>Специфические технические элементы:</b> спецфизические пасы</p> <p><b>Технико-тактические действия:</b> индивидуальные, действия 2-3 игроков, противодействия</p> <p><b>Системы атаки и защиты:</b> быстрая и позиционная атака; защита игрок на игрока, скольжение</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ловля, подбор, перенесение, уложение мяча, передачи мяча на различные расстояния в беге, передачи сбоку, через плечо, крюком, в различных формах;</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Судейство игры:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- экипировка судьи;</li> <li>- жестикуляция судьи и руководство игрой</li> </ul> <p><b>Технические элементы и приемы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технические элементы и приемы, применяемые в индивидуальных и коллективных тактических действиях</li> </ul> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Изменение направления прыжковым, скрестным, приставным шагом;</li> <li>- Ловля и передача мяча на различные расстояния, в различных формах;</li> </ul>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Держа мяч, держа мяч одной рукой и двумя руками;</li> <li>- Пас и ловля мяча двумя руками на месте и в движении;</li> <li>- Регулировка пояса и срыв ленточки тэг-регби;</li> <li>- Приземление мяча/ занесение в зачетное поле;</li> <li>- Индивидуальные тактические действия: защита и нападение</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Тактические действия: прорыв, преодоление, нападение, защита</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Срыв тэг-пояса: срыв тэг-пояса спереди и срыв сзади;</li> <li>- Индивидуальные тактические действия в атаке и защите: прорыв, преодоление, заслон угла атаки;</li> <li>- Коллективные тактические действия: атака веером, ступенчато; защита игрок на игрока</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Срыв тэг-меток с пояса двумя игроками сбоку на месте и в движении;</li> <li>- Индивидуальные тактические действия в атаке и защите: прорыв, преодоление, защита, нападение, заслон угла защиты;</li> <li>- Коллективные тактические действия в нападение и защите: действия 2-3 игроков (пересечение, удвоение), ступенчато;</li> <li>- защита игрок на игрока и скольжением</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Срыв тэг-пояса: срыв бирки тэг одним/двумя игроками сбоку и сзади при движении;</li> <li>- Индивидуальные тактические действия в нападение и защите: прорыв, преодоление, заслон угла защиты;</li> <li>- Коллективные тактические действия в нападение и защите: действия по 2-3 игрока (пересечение, удвоение), веером; защита игрок на игрока, скольжение</li> </ul>
---	--	--	--	---

### Оцениваемые продукты

<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пас и ловля мяча с места;</li> <li>- срыв ленточки тэг-пояса.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка пасов на месте во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача и ловля мяча в движении;</li> <li>- срыв тега на бегу.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка передач мяча в передвижении во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча на расстоянии;</li> <li>- технико-тактическая полоса.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка пасов во взаимодействии 3-х игроков во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча на расстоянии;</li> <li>- технико-тактическая полоса.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка элементов и приемов во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технико-тактическая полоса;</li> <li>- решение тактических ситуаций.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка элементов и приемов игры тэг-регби во внеурочной деятельности в течение определенного периода.</p>
---	--	--	--	--



**ВОЛЕЙБОЛ**

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Волейбол – спортивная игра</b></p> <p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> смена игровых площадок, двойной удар, удержанный мяч</p> <p><b>Технические приемы:</b> пас, подача, приём</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные стойки, передвижения;</li> <li>- Пас двумя руками снизу и сверху на месте, после движения;</li> <li>- Приём верхнего мяча и нижнего в движении;</li> <li>- Нижняя прямая подача с различными траекториями.</li> <li>- Техничко-тактические действия, состоящие из приёма, паса и передачи через сетку</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> у сетки</p> <p><b>Технические элементы:</b> прямая нижняя и верхняя подача</p> <p><b>Техничко-тактические действия:</b> подача, прием, передача</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Пас двумя руками сверху, снизу на месте и после перемещения;</li> <li>- Прием мяча сверху, снизу на месте и в передвижении;</li> <li>- Прямая подача снизу, сверху с места;</li> <li>- Техничко-тактические действия, состоящие из приёма, паса и передачи мяча через сетку</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> сигналы судьи</p> <p><b>Технические элементы:</b> атакующий удар</p> <p><b>Техничко-тактические действия:</b> индивидуальные, из 3-х пасов, простейшие системы защиты</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Пас сверху, снизу с различными траекториями;</li> <li>- Прямая нижняя и верхняя передача с места;</li> <li>- Приём мяча сверху, снизу с подачи;</li> <li>- Атакующий удар;</li> <li>- Техничко-тактические действия, состоящие из приёма, паса и передачи через сетку</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Судейство игры:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- экипировка судьи;</li> <li>- жестикауляция судьи и руководство игрой</li> </ul> <p><b>Технические элементы и приемы:</b> нападающий удар; элементы и технические приемы, применяемые в тактических действиях</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Пас с различными траекториями на месте и в передвижении, через голову;</li> <li>- Нижняя и верхняя прямая подача с места в различные игровые зоны;</li> <li>- Приём мяча двумя руками сверху, снизу, любой частью тела;</li> </ul>	

<p>- Прямая нижняя подача мяча на небольшой площадке</p>				<ul style="list-style-type: none"> <li>- Атакующий удар;</li> <li>- Технично-тактические действия, состоящие из приема, паса и атакующего удара</li> </ul>
<b>Оцениваемые продукты</b>				
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача верхнего мяча двумя руками;</li> <li>- приём нижнего мяча двумя руками.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка верхней передачи во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача верхнего мяча двумя руками на точность;</li> <li>- прямая нижняя подача на точность.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка нижней передачи во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- последовательные пасы мячом двумя руками сверху;</li> <li>- нижняя прямая подача в игровые зоны.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка цифровой/отработка подачи во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приём мяча после подачи;</li> <li>- подача сверху.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка элементов и приёмов во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- атакующий удар;</li> <li>- верхняя подача по игровым зонам.</li> </ul> <p><b>Дневник двигательной деятельности ученика</b> (в графической/цифровой форме): отработка элементов и приёмов во внеурочной деятельности в течение определённого периода.</p>
<b>Рекомендуемые виды учебной деятельности</b>				
<p><b>Специфическая деятельность:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение положений и движений сегментов тела – ключевых факторов при выполнении элементов и технических приёмов, характерных для игры, в соответствии с пространственно-временными характеристиками, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка и демонстрация элементов и технических приёмов, характерных для игр, в различных положениях и в сочетании с различными движениями тела;</li> </ul>	<p><b>Специфическая деятельность:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приёмов, характерных для игры, объединение их в отдельные индивидуальные тактические действия и для 2/3 игроков, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приёмов, характерных для спортивной игры, в сложных структурах с мячом и без мяча;</li> <li>- выполнение и отработка индивидуальных и групповых тактических действий при атаке и обороне в специально адаптированных условиях (в ситуациях численно превосходящей атаки и численно уступающей защиты);</li> </ul>			

<ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка элементов владения и манипулирования мячом с помощью упражнений, эстафет, подвижных, подготовительных и обычных игр (с заданиями);</li> <li>- развитие специфических двигательных качеств (скоростных, координационных) посредством элементов и технических приемов игры. <i>Предпринимательская деятельность:</i></li> <li>- использование различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры и т. д.) на уровне группы/класса;</li> <li>- индивидуальный/групповой/коллективный проект: постер/афиша/баннерная реклама: улучшение состояния здоровья посредством регулярного участия в двигательной деятельности (в графической/цифровой форме);</li> <li>- обучение на рабочих заданиях: определение безопасных условий, способов личной защиты и других окружающих во время занятий спортивными играми;</li> <li>- семинар: обмен передовым опытом в отношении определения мест и игр, которые можно практиковать вместе с друзьями/семьей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие специфических двигательных качеств (сила — скорость, специфические координационные способности) посредством подвижных, подготовительных и двусторонних игр. <i>Предпринимательская деятельность:</i></li> <li>- выполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, болельщик, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для спортивных игр на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- индивидуальный/групповой/коллективный проект: рекламный плакат/постер/баннерная реклама: влияние игр на эмоциональное состояние человека, его личное удовлетворение и удовольствие (в графической/цифровой форме);</li> <li>- обучение с помощью рабочих заданий: оценка собственного прогресса в освоении технико-тактических элементов и приемов, характерных для спортивной игры;</li> <li>- семинар: обмен передовым опытом относительно развития соревновательной деятельности, связанной со спортивными играми в школе и вне школы.</li> </ul>
--	--

# 6. Модули по выбору

## Модуль ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦА

### ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание</b></p> <p>Народный танец <i>Хора</i> 2/4:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ритм и подсчёт;</li> <li>- Основные шаги, характерные хоре;</li> <li>- Сочетание шага с движениями руками;</li> <li>- Координация рук с шагом;</li> <li>- Исполнение элемента под ритм, музыку;</li> <li>- Исполнение шага в полукруге, круге, по линии;</li> <li>- Танцевальные шаги в парах</li> </ul> <p>Народные региональные танцы (русские, гагаузские, украинские и т. д.)</p>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание</b></p> <p>Народный танец <i>Хора</i> 2/4:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ритм и подсчёт;</li> <li>- Основные шаги, характерные хоре;</li> <li>- Сочетание шага с движениями руками;</li> <li>- Координация рук с шагом;</li> <li>- Исполнение элемента под ритм, музыку;</li> <li>- Исполнение шага в полукруге, круге, по линии;</li> <li>- Танцевальные шаги в парах</li> </ul> <p>Народные региональные танцы (русские, гагаузские, украинские и т. д.)</p>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание</b></p> <p>Народный танец <i>Сырба:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ритм и подсчёт;</li> <li>- Основные шаги, характерные сырбе;</li> <li>- Сочетание шага с движениями руками;</li> <li>- Координация рук с шагом;</li> <li>- Исполнение элемента под ритм, музыку;</li> <li>- Исполнение шага в полукруге, круге, по линии;</li> <li>- Танцевальные шаги в парах</li> </ul> <p>Народные региональные танцы (русские, гагаузские, украинские и т. д.)</p>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание</b></p> <p>Народный танец <i>Хостропэц:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ритм и подсчёт;</li> <li>- Основные шаги, характерные хостропэцу;</li> <li>- Сочетание шага с движениями руками;</li> <li>- Координация рук с шагом;</li> <li>- Исполнение элемента под ритм, музыку;</li> <li>- Исполнение шага в полукруге, круге, по линии;</li> <li>- Танцевальные шаги в парах</li> </ul> <p>Народные региональные танцы (русские, гагаузские, украинские и т. д.)</p>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание</b></p> <p>Народный танец <i>Хостропэц:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ритм и подсчёт;</li> <li>- Основные шаги, характерные хостропэцу;</li> <li>- Сочетание шага с движениями руками;</li> <li>- Координация рук с шагом;</li> <li>- Исполнение элемента под ритм, музыку;</li> <li>- Исполнение шага в полукруге, круге, по линии;</li> <li>- Танцевальные шаги в парах</li> </ul> <p>Народные региональные танцы (русские, гагаузские, украинские и т. д.)</p>

Оцениваемые продукты			
<b>Элементы и приемы:</b> - Основной шаг: шаг, характерный хоре. <b>Проект:</b> Народная одежда (костюм).	<b>Элементы и приемы:</b> - танец Хора 2/4. <b>Проект:</b> Основные позиции и специфические шаги народного танца.	<b>Элементы и приемы:</b> - основной шаг: шаг, характерный сырбе. <b>Проект:</b> Народные региональные танцы.	<b>Элементы и приемы:</b> - основной шаг: шаг танца Хостропац. <b>Проект:</b> Народные танцы, характерные культурным фольклорным событиям.

### ЭЛЕМЕНТЫ СПОРТИВНОГО ТАНЦА

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи <b>Правила безопасности</b> <b>Практическое содержание</b> Медленный вальс: - Основные шаги: вальса, вальс с поворотами, вальсовый «квадрат»; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку; перемененно; - Исполнение шагов в парах	<b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи <b>Правила безопасности</b> <b>Практическое содержание</b> Медленный вальс: - Основные шаги: вальса, вальс с поворотами, вальсовый «квадрат»; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку; перемененно; - Исполнение шагов в парах	<b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи <b>Правила безопасности</b> <b>Практическое содержание</b> Медленный вальс: - Основные шаги: вальса, вальс с поворотами, вальсовый «квадрат»; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку; перемененно; - Исполнение шагов в парах	<b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи <b>Правила безопасности</b> <b>Практическое содержание</b> Вальс в парах: - Основные шаги: вальса, вальс с поворотами, вальсовый «квадрат»; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку; перемененно; - Исполнение шагов в полукруге, в круге и по линии	<b>Полезность от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи <b>Правила безопасности</b> <b>Практическое содержание</b> Вальс в парах: - Основные шаги: вальса, вальс с поворотами, вальсовый «квадрат»; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку; перемененно; - Исполнение шагов в полукруге, в круге и по линии

Оцениваемые продукты:			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основной шаг: шаг вальса.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Спортивные танцы.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основной шаг: шаг вальса в парах.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Типы вальса.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основной шаг: шаг вальса с поворотом.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Характеристики вальса.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вальс в парах.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Типы вальса в парах.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение различных двигательных действий, различия и сходства между движениями в танцевальных упражнениях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных основных движений тела элементами танца.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (менеджмент, модель) в специфических для танца действиях на уровне группы/класса;</li> <li>- обучение на рабочих заданиях: выявление возможностей занятий танцами в школе, семье, обществе.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов танца в многообразии, в комплексе связок, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных танцевальных элементов в различных комбинациях из 3-6 элементов в индивидуальных и групповых комплексах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных танцевальных мероприятиях на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задания: разнообразие в выполнении элементов танца.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов танца в многообразии, в комплексе связок, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных танцевальных элементов в различных комбинациях из 3-6 элементов в индивидуальных и групповых комплексах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных танцевальных мероприятиях на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задания: разнообразие в выполнении элементов танца.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов танца в многообразии, в комплексе связок, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных танцевальных элементов в различных комбинациях из 3-6 элементов в индивидуальных и групповых комплексах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных танцевальных мероприятиях на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задания: разнообразие в выполнении элементов танца.</li> </ul>

## Модуль ИНДИВИДУАЛЬНАЯ СПОРТИВНАЯ ИГРА

### БАДМИНТОН

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> игровое поле, сетка, подача и очки, сет, матч</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные стойки/положения;</li> <li>- Перемещение;</li> <li>- Хватка ракетки;</li> <li>- Упражнения для аккомодации ракетки и волана;</li> <li>- Удар справа и слева;</li> <li>- Высоко-дальняя подача</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> игровое поле, сет, подача и очки, сет, матч</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные стойки/положения;</li> <li>- Перемещение;</li> <li>- Хватка ракетки;</li> <li>- Упражнения для аккомодации ракетки и волана;</li> <li>- Удар справа и слева;</li> <li>- Высоко-дальняя подача</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> ошибки подачи/повторы, штрафные очки</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перемещение приставными шагами в сторону, вперёд, назад;</li> <li>- Удары на различные расстояния и направления, удары от груди;</li> <li>- Атакующий удар с места и с прыжка;</li> <li>- Высоко-дальняя и коротко-близкая подача;</li> <li>- Короткий и длинный атакующий удар/смэш</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> ошибки подачи/повторы, штрафные очки</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перемещение приставными шагами в сторону, вперёд, назад;</li> <li>- Удары на различные расстояния и направления, удары от груди;</li> <li>- Атакующий удар с места и с прыжка;</li> <li>- Высоко-дальняя и коротко-близкая подача;</li> <li>- Короткий и длинный атакующий удар/смэш</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> ошибки подачи/повторы, штрафные очки</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перемещение приставными шагами в сторону, вперёд, назад;</li> <li>- Удары на различные расстояния и направления, удары от груди;</li> <li>- Атакующий удар с места и с прыжка;</li> <li>- Высоко-дальняя и коротко-близкая подача;</li> <li>- Короткий и длинный атакующий удар/смэш</li> </ul>



Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удары справа;</li> <li>- удары слева.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Эволюция игры в бадминтон и правил.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удары противходом справа/слева;</li> <li>- высокая подача на точность.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Эволюция игры в Молдове.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прямые удары;</li> <li>- короткая подача в зоны.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника длинных и коротких ударов.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техника нападающего удара;</li> <li>- подача в установленные зоны.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Технико-тактическое действие нападающего удара.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение положений и движений сегментов тела при выполнении технических элементов и приемов, характерных для игры, возможно с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка и демонстрация технических элементов и приемов, характерных для игры, в различных положениях и в сочетании с различными движениями тела.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры и т. д.) в частях урока на уровне группы/класса;</li> <li>- обучение на рабочих заданиях: определение безопасных условий, средств индивидуальной защиты и окружающих во время занятий спортивной игрой в процессе обучения.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для игры, их связывание в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для спортивной игры, в сложных структурах, обучающие игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, болельщик, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для спортивной игры на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задания: оценка собственного прогресса в изучении технико-тактических элементов и приемов, характерных для спортивной игры.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для игры, их связывание в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для спортивной игры, в сложных структурах, обучающие игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, болельщик, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для спортивной игры на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задания: оценка собственного прогресса в изучении технико-тактических элементов и приемов, характерных для спортивной игры.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для игры, их связывание в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для спортивной игры, в сложных структурах, обучающие игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, болельщик, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для спортивной игры на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задания: оценка собственного прогресса в изучении технико-тактических элементов и приемов, характерных для спортивной игры.</li> </ul>



## НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> теннисный стол, сетка, подача и очки, сет, матч и порядок игры</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основное положение/стойка;</li> <li>- Классическая хватка ракетки;</li> <li>- Упражнения с ракеткой и мячом;</li> <li>- Прямые удары, простой удар слева и справа;</li> <li>- Подача ударом справа и слева с различных положений к столу</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> теннисный стол, сетка, подача и очки, сет, матч и порядок игры</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основное положение/стойка;</li> <li>- Классическая хватка ракетки;</li> <li>- Упражнения с ракеткой и мячом;</li> <li>- Прямые удары, простой удар слева и справа;</li> <li>- Подача ударом справа и слева, с различных положений к столу</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> ошибки при подаче, приём, смена площадок</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перемещения приставными шагами в стороны, вперед и назад;</li> <li>- Упражнения с ракеткой и мячом;</li> <li>- Прямые и плоские удары справа и слева;</li> <li>- Вращающаяся подача с короткой, средней и длинной траекторией;</li> <li>- Приём правой и левой подачи</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> ошибки при подаче, приём, смена площадок</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перемещения приставными шагами в стороны, вперед и назад;</li> <li>- Упражнения с ракеткой и мячом;</li> <li>- Прямые и плоские удары справа и слева;</li> <li>- Вращающаяся подача с короткой, средней и длинной траекторией;</li> <li>- Приём правой и левой подачи</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> ошибки при подаче, приём, смена площадок</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перемещения приставными шагами в стороны, вперед и назад;</li> <li>- Упражнения с ракеткой и мячом;</li> <li>- Прямые и плоские удары справа и слева;</li> <li>- Вращающаяся подача с короткой, средней и длинной траекторией;</li> <li>- Приём правой и левой подачи</li> </ul>

Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прямые удары, удары справа и слева;</li> <li>- подача на точность.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Эволюция игры и правил в настольный теннис.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удары справа и слева на точность;</li> <li>- подача справа и слева.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Эволюция игры в настольный теннис в Молдове.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- плоские удары;</li> <li>- техника подач.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника ударов справа и слева.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удары справа с траекторией;</li> <li>- вращающаяся подача на точность.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника подач.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение положений и движений сегментов тела при выполнении технических элементов и приемов, характерных для игры, возможно с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка и демонстрация технических элементов и приемов, характерных для игры, в сочетании с различными движениями тела.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры и т. д.) в частях урока на уровне группы/класса;</li> <li>- обучение на рабочих заданиях: определение безопасных условий, средств индивидуальной защиты и окружающих во время занятий спортивной игрой в процессе обучения.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для игры, их связывание в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для спортивной игры, в сложных структурах, обучающие игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, болельщик, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для спортивной игры на уровне группы/класса / школы;</li> <li>- обучение через рабочие задания: оценка собственного прогресса в изучении технико-тактических элементов и приемов, характерных для спортивной игры.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для игры, их связывание в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для спортивной игры, в сложных структурах, обучающие игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, болельщик, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для спортивной игры на уровне группы/класса / школы;</li> <li>- обучение через рабочие задания: оценка собственного прогресса в изучении технико-тактических элементов и приемов, характерных для спортивной игры.</li> </ul>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удары слева с траекторией;</li> <li>- вращающаяся подача на точность.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника подач.</p>

## ШАШКИ

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> доска, фигуры, размещение фигур на игровой доске, перемещения фигур, превращение в дамку, ходы дамок, главная диагональ, двойники, тройники, ничья, выигрыш, проигрыш, нотация</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Дебют: классификация дебютов; правила передвижения шашек;</li> <li>- Серединная игра: определение комбинации, идея и механизм комбинации, значимость колонн, золотая шашка;</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> доска, фигуры, размещение фигур на игровой доске, перемещения фигур, превращение в дамку, ходы дамок, главная диагональ, двойники, тройники, ничья, выигрыш, проигрыш, нотация</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Дебют: классификация дебютов; правила передвижения шашек;</li> <li>- Серединная игра: определение комбинации, идея и механизм комбинации, значимость колонн, золотая шашка;</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> Дебют: Кол, Отказной отыгрыш, Городская партия, Обратная городская партия; Серединная игра: значимость полей d4, f4 (с5, е5), активные поля, связки, изолированные шашки, фланги – недопустимость ослабления флангов, расчет и план – фундаментальные понятия;</p> <p>- Финал: три дамки против одной дамки и одной шашки, борьба шашек, обмен шашками, темп, противостояние, блокирование шашек</p>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> Дебют: Кол, Отказной отыгрыш, Городская партия, Обратная городская партия; Серединная игра: значимость полей d4, f4 (с5, е5), активные поля, связки, изолированные шашки, фланги – недопустимость ослабления флангов, расчет и план – фундаментальные понятия;</p> <p>- Финал: три дамки против одной дамки и одной шашки, борьба шашек, обмен шашками, темп, противостояние, блокирование шашек</p>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> Дебют: Кол, Отказной отыгрыш, Городская партия, Обратная городская партия; Серединная игра: значимость полей d4, f4 (с5, е5), активные поля, связки, изолированные шашки, фланги – недопустимость ослабления флангов, расчет и план – фундаментальные понятия;</p> <p>- Финал: три дамки против одной дамки и одной шашки, борьба шашек, обмен шашками, темп, противостояние, блокирование шашек</p>

<p>- Финал: переход в дамку; разнообразие цепей; ловушки для захвата дамки; четыре дамки против одной дамки; три дамки против одной дамки, сражение шашек, обмен шашками</p>	<p>- Финал: переход в дамку; разнообразие цепей; ловушки для захвата дамки; четыре дамки против одной дамки; три дамки против одной дамки, сражение шашек, обмен шашками</p>			
<b>Оцениваемые продукты</b>				
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходы, захваты и переводы/превращения шашек;</li> <li>- простые цепочки.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Игра в шашки в античные времена.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игровые дебюты;</li> <li>- ловушки в игре.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Игра в шашки в Молдове.</p>	<p><b>Элементы и игра:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дебют: Кол, Отказной отыгрыш, Городская партия;</li> <li>- практическая игра.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Игровые дебюты.</p>	<p><b>Элементы и игра:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игровые поля;</li> <li>- практическая игра.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Расчет и план – фундаментальные понятия.</p>	<p><b>Элементы и игра:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- связки, изолированные шашки, обмен шашками;</li> <li>- практическая игра.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Финалы3/4 дамками против одной.</p>
<b>Рекомендуемые виды учебной деятельности</b>				
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементарных движений, характерных для игры, возможно с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- выполнять и демонстрировать простые игровые модели в разнообразии.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (помощь учителя, модель, ведущий игры и т. д.) в рамках структуры урока на уровне группы/класса;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: определение безопасных условий, способов личной защиты и окружающих во время игры.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение финальной игры, их соединение в цепочки тактических действий, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка элементов дебюта, средней и финальной части игры, обучающие/соревновательные игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в определенных видах деятельности на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении тактических действий, характерных для игры.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов дебютной, средней и финальной игры, их соединение в цепочки тактических действий, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка элементов дебюта, средней и финальной части игры, обучающие/соревновательные игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в определенных видах деятельности на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении тактических действий, характерных для игры.</li> </ul>		

## ШАХМАТЫ

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> геометрия шахматной доски, поля и их названия, шахматные фигуры, перемещение ладьи, коня, слона, ферзя, короля, пешки, захват шахматных фигур, шах и мат</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Начало: классификация начал, как начать игру, правила перемещений;</li> <li>- Срединная игра в атаке и защите, тактические приемы: тактические удары, атака и защита, линейная атака, сгруппированная атака, двойная атака, атака открытием, тактические приемы;</li> <li>- Финал: линейный мат, мат ферзём и королем против короля</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> геометрия шахматной доски, поля и их названия, шахматные фигуры, перемещение ладьи, коня, слона, ферзя, короля, пешки, захват шахматных фигур, шах и мат</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Начало: классификация начал; как начать игру, правила перемещений;</li> <li>- Срединная игра в атаке и защите, тактические приемы: тактические удары, атака и защита, линейная атака, сгруппированная атака, двойная атака, атака открытием, тактические приемы;</li> <li>- Финал: линейный мат, мат ферзём и королем против короля</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> значение и ценность фигур, превращение пешки, ничья и пат, рокировка и случаи, когда рокировка запрещена</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Начало: малый центр и большой центр, варианты начала;</li> <li>- Срединная игра: комбинации, жертвы, принудительный вариант, блокировка и освобождение поля, устранение защитника, атака короля противника;</li> <li>- Финал: мат королем и ладьей</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> значение и ценность фигур, превращение пешки, ничья и пат, рокировка и случаи, когда рокировка запрещена</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Начало: малый центр и большой центр, варианты начала;</li> <li>- Срединная игра: комбинации, жертвы, принудительный вариант, блокировка и освобождение поля, устранение защитника, атака короля противника;</li> <li>- Финал: мат королем и ладьей</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> значение и ценность фигур, превращение пешки, ничья и пат, рокировка и случаи, когда рокировка запрещена</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Начало: малый центр и большой центр, варианты начала;</li> <li>- Срединная игра: комбинации, жертвы, принудительный вариант, блокировка и освобождение поля, устранение защитника, атака короля противника;</li> <li>- Финал: мат королем и ладьей</li> </ul>

Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- азбука игры;</li> <li>- начало игры и ее развитие.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Шахматы – спорт интеллектуалов.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- срединная игра: линейная атака;</li> <li>- финал: линейный мат.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Шахматы в Молдове.</p>	<p><b>Элементы и игра:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- начало партии и изучение одного из вариантов;</li> <li>- практическая игра.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Ценность и значение фигур.</p>	<p><b>Элементы и игра:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- варианты начал;</li> <li>- практическая игра,</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Варианты мата двумя фигурами.</p> <p><b>Проект:</b> Варианты начала, срединная игра, финалы.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементарных действий, характерных для игры, возможно с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- выполнять и демонстрировать простые игровые модели в разнообразии.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (учитель, модель, ведущий игры и т. д.) в последовательности групповых/классных занятий;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: определение безопасных условий, способов личной защиты и окружающих во время игр в процессе обучения.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов дебютной, срединной и финальной части игры, их связи в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка элементов, дебюта, срединной и финальной части игры, обучающие/соревновательные игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в определенных видах деятельности на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении тактических действий, характерных для игры.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов дебютной, срединной и финальной части игры, их связи в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка элементов, дебюта, срединной и финальной части игры, обучающие/соревновательные игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в определенных видах деятельности на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении тактических действий, характерных для игры.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов дебютной, срединной и финальной части игры, их связи в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка элементов, дебюта, срединной и финальной части игры, обучающие/соревновательные игры.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в определенных видах деятельности на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении тактических действий, характерных для игры.</li> </ul>

## Модуль РЕКРЕАТИВНЫЙ ВИД СПОРТА

### АЭРОБИКА

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезность занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные аэробные шаги;</li> <li>- Аэробные шаги в координации с руками;</li> <li>- Аэробные шаги на 2, 4, 8 счетов с правой и левой;</li> <li>- Комплексы из 4-8 шагов/аэробных упражнений на 2, 4 и 8 счетов;</li> <li>- Расслабляющие и дыхательные упражнения;</li> <li>- Упражнения на растяжку (stretching)</li> </ul>	<p><b>Полезность занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные аэробные шаги;</li> <li>- Аэробные шаги в координации с руками;</li> <li>- Аэробные шаги на 2, 4, 8 счетов с правой и левой;</li> <li>- Комплексы из 4-8 шагов/аэробных упражнений на 2, 4 и 8 счетов;</li> <li>- Расслабляющие и дыхательные упражнения;</li> <li>- Упражнения на растяжку (stretching)</li> </ul>	<p><b>Полезность занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Аэробные шаги на 2, 4, 8 счетов;</li> <li>- Комплексы из 8-16 аэробных ступеней на 2, 4 и 8 счетов;</li> <li>- 8-ступенчатый аэробный комплекс со ступенчатой платформой;</li> <li>- 8-ступенчатый аэробный комплекс с фитболом, резиновой гантелями (0,5-2 кг);</li> <li>- Аэробный комплекс с танцевальным характером хип-хоп, фанк, народный;</li> <li>- Упражнения на растяжку и дыхание (stretching)</li> </ul>	<p><b>Полезность занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Аэробные шаги на 2, 4, 8 счетов;</li> <li>- Комплексы из 8-16 аэробных ступеней на 2, 4 и 8 счетов;</li> <li>- 8-ступенчатый аэробный комплекс со ступенчатой платформой;</li> <li>- 8-ступенчатый аэробный комплекс с фитболом, резиновой гантелями (0,5-2 кг);</li> <li>- Аэробный комплекс с танцевальным характером хип-хоп, фанк, народный;</li> <li>- Упражнения на растяжку и дыхание (stretching)</li> </ul>	<p><b>Полезность занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Аэробные шаги на 2, 4, 8 счетов;</li> <li>- Комплексы из 8-16 аэробных ступеней на 2, 4 и 8 счетов;</li> <li>- 8-ступенчатый аэробный комплекс со ступенчатой платформой;</li> <li>- 8-ступенчатый аэробный комплекс с фитболом, резиновой гантелями (0,5-2 кг);</li> <li>- Аэробный комплекс с танцевальным характером хип-хоп, фанк, народный;</li> <li>- Упражнения на растяжку и дыхание (stretching)</li> </ul>

Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные аэробные шаги;</li> <li>- комплексы из 4 шагов аэробики на 2, 4 счета.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Преимущество занятий аэробикой.</p>	<p><b>Элементы и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения на расслабление и дыхание;</li> <li>- комплексы из 4 шагов аэробики на 8 счетов.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Формы занятий аэробикой.</p>	<p><b>Комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- комплексы аэробики из 8 шагов с инвентарем фитнеса.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Разнообразие аэробных комплексов.</p>	<p><b>Комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- комплекс аэробики из 8 шагов на степ платформе.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Разнообразие комплексов аэробики с предметами.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений, различия и сходства между движениями в аэробных упражнениях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных основных движений тела посредством аэробных элементов.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (управление, модель) в конкретных занятиях аэробикой на уровне группы/класса;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: определение возможностей для занятий аэробикой в школе, семье, обществе.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов аэробики в разнообразии связок комплексов, возможно с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных аэробных элементов в различных комбинациях из 3-6 элементов в индивидуальных и групповых комплексах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных занятиях аэробикой на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: выявление разнообразия выполнения аэробных элементов.</li> </ul>	<p><b>Комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- комплекс аэробики с характером танца.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Разнообразие комплексов аэробики танцевального характера.</p>	



ПЛАВАНИЕ

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансьдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовительные упражнения на суше;</li> <li>- Вспомогательные упражнения на краю бассейна;</li> <li>- Привыкание к воде;</li> <li>- Поплавок, скольжение, погружение;</li> <li>- Дыхание пловца;</li> <li>- Движения руками;</li> <li>- Движения ногами;</li> <li>- Старт в воде</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансьдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовительные упражнения на суше;</li> <li>- Вспомогательные упражнения на краю бассейна;</li> <li>- Привыкание к воде;</li> <li>- Поплавок, скольжение, погружение;</li> <li>- Дыхание пловца;</li> <li>- Движения руками;</li> <li>- Движения ногами;</li> <li>- Старт в воде</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансьдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовительные упражнения на суше;</li> <li>- Дыхание пловца;</li> <li>- Движения руками стилом кроль на груди, брас, кроль на спине;</li> <li>- Движение ногами стилом кроль на груди, брас, кроль на спине;</li> <li>- Координация движений руками с движениями ногами и с дыханием в стило кроль на груди, брас, кроль на спине;</li> <li>- Повороты;</li> <li>- Старт с бортика/тумбы</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансьдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовительные упражнения на суше;</li> <li>- Дыхание пловца;</li> <li>- Движения руками стилом кроль на груди, брас, кроль на спине;</li> <li>- Движение ногами стилом кроль на груди, брас, кроль на спине;</li> <li>- Координация движений руками с движениями ногами и с дыханием в стило кроль на груди, брас, кроль на спине;</li> <li>- Повороты;</li> <li>- Старт с бортика/тумбы</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансьдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовительные упражнения на суше;</li> <li>- Дыхание пловца;</li> <li>- Движения руками стилом кроль на груди, брас, кроль на спине;</li> <li>- Движение ногами стилом кроль на груди, брас, кроль на спине;</li> <li>- Координация движений руками с движениями ногами и с дыханием в стило кроль на груди, брас, кроль на спине;</li> <li>- Повороты;</li> <li>- Старт с бортика/тумбы</li> </ul>

Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ползавок;</li> <li>- дыхание пловца.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Формы занятий плаванием.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- движение руками</li> <li>стилями плавания;</li> <li>- движение ногами</li> <li>стилями плавания.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Стили плавания.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техника плавания кролем на груди;</li> <li>- техника плавания брасом.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника плавания стилем кроль на груди и брасом.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техника старта;</li> <li>- техника поворотов.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника старта и поворотов.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдать, демонстрация и объяснение положения и движений сегментов тела при выполнении технических элементов и приемов, характерных для плавания, возможно с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- выполнять и демонстрировать технические элементы и приемы, характерные для плавания, в разных положениях и в сочетании с различными движениями тела.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (учитель, модель и т. д.) в частях урока на уровне группы/класса;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: определение безопасных условий, средств индивидуальной защиты и окружающих во время плавания в процессе учебной деятельности.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдать, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для плавания, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, специфичных для плавания, в сложных структурах и обучающих играх.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (лидер, учитель, руководитель, помощник и т. д.) в определенных видах плавания на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении технических элементов и технических приемов плавания.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для плавания, их связь в водной среде, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, специфичных для плавания, в сложных структурах и обучающих играх.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (лидер, учитель, руководитель, помощник и т. д.) в определенных видах плавания на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении технических элементов и технических приемов плавания.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для плавания, их связь в водной среде, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, специфичных для плавания, в сложных структурах и обучающих играх.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (лидер, учитель, руководитель, помощник и т. д.) в определенных видах плавания на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении технических элементов и технических приемов плавания.</li> </ul>

ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезность от занятий:</b> меж-трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности в рамках туристической деятельности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Коллективное туристическое снаряжение;</li> <li>- Индивидуальное туристическое снаряжение;</li> <li>- Специальное туристическое снаряжение;</li> <li>- Ориентация по компасу, карте, природным элементам;</li> <li>- Техника перемещения и преодоления естественных и искусственных препятствий; растительность лесов, болота, пешеходные препятствия;</li> <li>- Туристические экскурсии</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж-трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности в рамках туристической деятельности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Коллективное туристическое снаряжение;</li> <li>- Индивидуальное туристическое снаряжение;</li> <li>- Специальное туристическое снаряжение;</li> <li>- Ориентация по компасу, карте, стихиям природы;</li> <li>- Техника перемещения и преодоления естественных и искусственных препятствий; растительность лесов, болота, пешеходные препятствия;</li> <li>- Туристические экскурсии</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж-трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности в рамках туристической деятельности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Коллективная, индивидуальная и специальная экипировка;</li> <li>- Несчастные случаи в пешеходной туристической деятельности;</li> <li>- Туристическая техника: установка палаток, узлов, расстановка вещей в рюкзаке, ориентирование по топографическим элементам, транспортировка пострадавших;</li> <li>- Техника и тактика пешеходного тура. Туристический бивуак;</li> <li>- Техника перемещения и обхода естественных и искусственных препятствий;</li> <li>- Питание в туристических походах;</li> <li>- Познавательный туристический поход</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж-трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности в рамках туристической деятельности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Коллективная, индивидуальная и специальная экипировка;</li> <li>- Несчастные случаи в пешеходной туристической деятельности;</li> <li>- Туристическая техника: установка палаток, узлов, расстановка вещей в рюкзаке, ориентирование по топографическим элементам, транспортировка пострадавших;</li> <li>- Техника и тактика пешеходного тура. Туристический бивуак;</li> <li>- Техника перемещения и обхода естественных и искусственных препятствий;</li> <li>- Питание в туристических походах;</li> <li>- Познавательный туристический поход</li> </ul>	<p><b>Полезность от занятий:</b> меж-трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности в рамках туристической деятельности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Коллективная, индивидуальная и специальная экипировка;</li> <li>- Несчастные случаи в пешеходной туристической деятельности;</li> <li>- Туристическая техника: установка палаток, узлов, расстановка вещей в рюкзаке, ориентирование по топографическим элементам, транспортировка пострадавших;</li> <li>- Техника и тактика пешеходного тура. Туристический бивуак;</li> <li>- Техника перемещения и обхода естественных и искусственных препятствий;</li> <li>- Питание в туристических походах;</li> <li>- Познавательный туристический поход</li> </ul>

Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- туристическая индивидуальная и коллективная ориентировка;</li> <li>- ориентировка по предметам на поверхности.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Формы занятий туризмом.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- завязывание узлов;</li> <li>- ориентирование по топографическим элементам (карта, компас).</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника передвижения в туризме.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентирование по небесным телам;</li> <li>- техника и тактика пешего туристического похода.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Формы ориентирования.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- транспортировка пострадавших;</li> <li>- техника прохождения препятствий.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Несчастные случаи в рамках туристической пешеходной деятельности.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение специфических элементов и приемов туризма, выполнение определенных технических элементов и приемов, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка и демонстрация элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма, в специально адаптированных условиях.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель и т. д.) в последовательности урока на уровне группы/класса;</li> <li>- обучение посредством рабочих задач: определение безопасных условий, способов личной защиты и окружающих во время пешеходного туризма и во время учебной деятельности.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма в познавательной/разведывательной деятельности, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма, в сложных контекстах: играх и прикладных трассах/полосах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (лидер, учитель, руководитель, капитан команды, сторонник, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для пешеходного туризма на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих задач: оценка собственного прогресса в изучении элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма в познавательной/разведывательной деятельности, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма, в сложных контекстах: играх и прикладных трассах/полосах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (лидер, учитель, руководитель, капитан команды, сторонник, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для пешеходного туризма на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих задач: оценка собственного прогресса в изучении элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма в познавательной/разведывательной деятельности, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма, в сложных контекстах: играх и прикладных трассах/полосах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (лидер, учитель, руководитель, капитан команды, сторонник, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для пешеходного туризма на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих задач: оценка собственного прогресса в изучении элементов и приемов, характерных для пешеходного туризма.</li> </ul>

Модуль ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВИД СПОРТА

Элементы ТАЕКВОНДО WT

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения. Seogi: ruonhi, junbi, juchum, kkaeo, ap; Kubi: juchum, kkaeo, ap; Kubi: ar, dwi;</li> <li>- Техника движений руками: Makki: agae an, olgul, montong, olgul, dubeom; Chigi: olgul, dubeom; sonnal;</li> <li>- Техника движений ногами: Ap, Dollyo, Yop; Taegu, Mondollyo;</li> <li>- Точность и ритmicность в выполнении движений; Координация движений с дыханием; Комплексы движений «POOMSAE»: taegukiljang</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения. Seogi: ruonhi, junbi, juchum, kkaeo, ap; Kubi: ar, dwi;</li> <li>- Техника движений руками: Makki: agae, an, olgul, bakkat, palmok; Jireugi: montong, olgul, dubeom; Chigi: sonnal;</li> <li>- Техника движений ногами: Ap, Dollyo, Yop, Dwi, Naeyo, Mondollyo;</li> <li>- Точность и ритmicность в выполнении движений; Координация движений с дыханием; Комплексы движений «POOMSAE»: taegukiljang, taeguksamjang</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения. Seogi: ruonhi, junbi, juchum, kkaeo, ap; Kubi: ar, dwi;</li> <li>- Техника движений руками: Makki: agae, an, olgul, bakkat, palmok, hansonnal; Jireugi: montong, olgul, dubeom; Chigi: sonnal, bakkatsonnal, ruonsonkktet;</li> <li>- Техника движений ногами: Ap, Dollyo, Yop, Dwi, Naeyo, Mondollyo;</li> <li>- Точность и ритmicность в выполнении движений; Координация движений с дыханием; Комплексы движений «POOMSAE»: taeguksamjang, taeguksamjang</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения. Seogi: Kubi; Техника движения руками: Makki: agae, an, olgul, bakkat, palmok, hansonnal; Jireugi: montong, olgul, dubeom; Chigi: sonnal, bakkatsonnal, ruonsonkktet;</li> <li>- Техника движений ногами: Ap, Dollyo, Yop, Dwi, Naeyo, Mondollyo;</li> <li>- Точность и ритmicность в выполнении движений; Координация движений с дыханием; Комплексы движений «POOMSAE»: taeguksamjang, taeguksamjang</li> </ul>	

Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные положения;</li> <li>- комплексы освоенных движений.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Taekwondo – стиль жизни и искусство.</p>	<p><b>Элементы и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техника движений руками и ногами;</li> <li>- комплексы движений «POOMSAE»: taegeukiljang.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Taekwondo – олимпийский вид спорта.</p>	<p><b>Элементы и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техника движений руками и ногами;</li> <li>- комплексы движений «POOMSAE»: taegeuk ijang.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника выполнения комплексов движений.</p>	<p><b>Элементы и комплексы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техника движений руками и ногами;</li> <li>- комплексы движений «POOMSAE»: taegeuksajang.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника выполнения комплексов движений.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений, различий и сходства между движениями в упражнениях тхэквондо, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных основных движений тела элементами тхэквондо.</li> </ul> <p><i>Предприимчивая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (управление, модель) в определенных видах деятельности тхэквондо на уровне группы/класса;</li> <li>- обучение через рабочие задачи: определение возможностей для занятий тхэквондо в школе, семье, обществе.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов тхэквондо в разнообразии, объединяя их в комплексы, возможно, с помощью видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных элементов тхэквондо в различных связках в комплексах.</li> </ul> <p><i>Предприимчивая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных мероприятиях в тхэквондо, на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задачи: определение разнообразия выполнения элементов тхэквондо.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов тхэквондо в разнообразии, объединяя их в комплексы, возможно, с помощью видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных элементов тхэквондо в различных связках в комплексах.</li> </ul> <p><i>Предприимчивая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных мероприятиях в тхэквондо, на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задачи: определение разнообразия выполнения элементов тхэквондо.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов тхэквондо в разнообразии, объединяя их в комплексы, возможно, с помощью видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных элементов тхэквондо в различных связках в комплексах.</li> </ul> <p><i>Предприимчивая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных мероприятиях в тхэквондо, на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задачи: определение разнообразия выполнения элементов тхэквондо.</li> </ul>

## ЭЛЕМЕНТЫ ВОЛЬНОЙ БОРЬБЫ/ДЗЮДО

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения;</li> <li>- Перемещения;</li> <li>- Хват/захват;</li> <li>- Дисбалансы/потеря равновесия;</li> <li>- Фиксация/иммобилизация;</li> <li>- Падения/страховка;</li> <li>- Техника на ковре: мост борца, перекаты, кувьрки, перевороты;</li> <li>- Техника борьбы в стойке на ногах: перемещение по коври;</li> <li>- Специфические тактические действия: посредством элементов тарных технико-тактических комбинаций, соответствующих освоенных технических приёмов</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения и перемещения;</li> <li>- Хваты/захваты, «ключи»;</li> <li>- Потери равновесия, фиксация, иммобилизация, падения, страховка;</li> <li>- Техника борьбы на ковре: мост борца, перекаты со спины на руку и обратно на ногу, перевороты;</li> <li>- Техника борьбы в стойке на ногах: переводы на ковер различными освоенными приёмами;</li> <li>- Специфические тактические действия: протейшие технико-тактические комбинации на основе освоенных приёмов, тактические действия в зависимости от индивидуальньх качеств</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения и перемещения;</li> <li>- Хваты/захваты, «ключи»;</li> <li>- Потери равновесия, фиксация, иммобилизация, падения, страховка;</li> <li>- Техника борьбы на ковре: мост борца, перекаты со спины на руку и обратно на ногу, перевороты;</li> <li>- Техника борьбы в стойке на ногах: переводы на ковер различными освоенными приёмами;</li> <li>- Специфические тактические действия: протейшие технико-тактические комбинации на основе освоенных приёмов; тактические действия в зависимости от индивидуальньх качеств</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения и перемещения;</li> <li>- Хваты/захваты, «ключи»;</li> <li>- Потери равновесия, фиксация, иммобилизация, падения, страховка;</li> <li>- Техника борьбы на ковре: мост борца, перекаты со спины на руку и обратно на ногу, перевороты;</li> <li>- Техника борьбы в стойке на ногах: переводы на ковер различными освоенными приёмами;</li> <li>- Специфические тактические действия: протейшие технико-тактические комбинации на основе освоенных приёмов; тактические действия в зависимости от индивидуальньх качеств</li> </ul>	



Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положения и перемещения;</li> <li>- потери равновесия, падения, страховка.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> История спортивной борьбы/дзюдо.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мост борца;</li> <li>- потери равновесия, падения, фиксация.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Преимущества занятий вольной/дзюдо борьбой.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- хваты, «ключи», фиксация;</li> <li>- перевороты и падения;</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Элементы и приемы в стойке на ногах в вольной борьбе/дзюдо.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перевороты и переводы</li> <li>- перевороты, переводы на ковер с фиксацией обеих бедер.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Элементы и приемы на ковре вольной борьбы/дзюдо.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений, различий и сходства между движениями в упражнениях вольной борьбы/дзюдо, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных основных движений тела элементами борьбы/дзюдо.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (лидерство, модель в конкретных видах деятельности по вольной борьбе/дзюдо на уровне группы/класса);</li> <li>- обучение на рабочих заданиях: определение возможностей для занятий вольной борьбой/дзюдо в школе, семье, обществе.</li> </ul>			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов вольной борьбы/дзюдо в разнообразных связках и в комплексах, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных элементов борьбы/дзюдо в различных комбинациях в комплексах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных видах деятельности, связанных с борьбой/дзюдо, на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение через рабочие задачи: выявление разнообразия выполнения элементов вольной борьбы/дзюдо.</li> </ul>			



## Модуль НАЦИОНАЛЬНЫЙ ВИД СПОРТА

### ОЙНА

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> игровое поле, клюшка, мяч, проход через коридор, удары противника</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перемещения;</li> <li>- Хватка мяча, клюшки;</li> <li>- Ловля, передача мяча;</li> <li>- Подача и удар по мячу;</li> <li>- Проход по коридору;</li> <li>- Удар по противнику;</li> <li>- Индивидуальная защита;</li> <li>- Позиционные функции.</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> игровое поле, бита, мяч, проход через коридор, удары противника</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ловля мяча после удара;</li> <li>- Ловля и передача мяча в треугольник и квадрат;</li> <li>- Подачи и удары по мячу;</li> <li>- Проход через коридор;</li> <li>- Блокировка мяча (остановка мяча);</li> <li>- Тактика игры при ловле</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила игры:</b> вход в коридор туда и обратно</p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски мяча на расстоянии;</li> <li>- Ловля мяча после удара битой;</li> <li>- Ловля и передача мяча в треугольник и квадрат;</li> <li>- Удары по мячу на расстоянии;</li> <li>- Тактика прохода через коридор;</li> <li>- Блокировка мяча (остановка мяча);</li> <li>- Коллективная защита;</li> <li>- Тактика игры при ловле</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/трансдисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Правила судейства:</b> экипировка судьи, жестикуляция судьи</p> <p><b>Практические:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски мяча на расстоянии;</li> <li>- Ловля мяча после удара битой;</li> <li>- Ловля и передача мяча в треугольник и квадрат;</li> <li>- Удары по мячу на расстоянии;</li> <li>- Тактика прохода через коридор;</li> <li>- Блокировка мяча (остановка мяча);</li> <li>- Коллективная защита;</li> <li>- Тактика игры при ловле</li> </ul>	

Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техника метания и ловли мяча;</li> <li>- пасы между двумя на 12 м (1 минута).</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Эволюция игры в ойун.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- метание мяча в цель (круг Ø 0,7 м.);</li> <li>- пасы между двумя на 12 м (1 минута) в передвижении.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Специфические традиционные правила.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- техника удара по мячу;</li> <li>- двусторонняя игра.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Техника передач и ловли мяча в игре Ойна.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удар по мячу на расстоянии в длину;</li> <li>- пасы между двумя на 15м (1 минута).</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Элементы и технические приёмы игры Ойна.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение положения и движений сегментов тела при выполнении технических элементов и приемов, специфичных для игры, возможно с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка и демонстрация технических элементов и приемов, характерные для игры в разных положениях и в сочетании с различными движениями тела.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (учитель, модель, ведущий игры и т. д.) в структуре групповых/классных занятий;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: определение безопасных условий, средств индивидуальной защиты и окружающих во время игры в процессе обучения.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для игры, их связи в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для спортивной игры сложной структуры и обучающих игр.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в специфических для игры действиях на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении технико-тактических элементов и приёмов, характерных для спортивной игры.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для игры, их связи в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для спортивной игры сложной структуры и обучающих игр.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в специфических для игры действиях на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении технико-тактических элементов и приёмов, характерных для спортивной игры.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приемов, характерных для игры, их связи в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- отработка технических элементов и приемов, характерных для спортивной игры сложной структуры и обучающих игр.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в специфических для игры действиях на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении технико-тактических элементов и приёмов, характерных для спортивной игры.</li> </ul>

ТРЫНТА

УРОВЕНЬ А1	УРОВЕНЬ А2	УРОВЕНЬ В1	УРОВЕНЬ В2	УРОВЕНЬ В3
<b>Единицы содержания</b>				
<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения/стойки;</li> <li>- Перемещения;</li> <li>- Дисбалансы/потеря равновесия и падения;</li> <li>- Хваты/захваты рук, пояса, корпуса, головы, ног;</li> <li>- Бросок через плечо, бедро, спину;</li> <li>- Сочетание простых приёмов хватов/захватов, выведение из равновесия, броски, падения, удержания в положении лёжа</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения/стойки и перемещения/передвижения;</li> <li>- Хваты/захваты и удержания;</li> <li>- Потеря равновесия и падения;</li> <li>- Хваты/захваты рук, пояса, корпуса, шеи, головы, ног;</li> <li>- Техника борьбы в стойке на ногах скрестным захватом: бросок и переворот на спину прогибом спереди захватом руки и корпуса, переворот через бедро/спину двойным захватом ног.</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения/стойки и перемещения/передвижения;</li> <li>- Хваты/захваты и удержания;</li> <li>- Потеря равновесия и падения;</li> <li>- Хваты/захваты рук, пояса, корпуса, шеи, головы, ног;</li> <li>- Техника борьбы в стойке на ногах скрестным захватом: бросок и переворот на спину прогибом спереди захватом руки и корпуса, переворот через бедро/спину двойным захватом ног</li> </ul>	<p><b>Полезь от занятий:</b> меж/транздисциплинарные связи</p> <p><b>Правила безопасности</b></p> <p><b>Практическое содержание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основные положения/стойки и перемещения/передвижения;</li> <li>- Хваты/захваты и удержания;</li> <li>- Потеря равновесия и падения;</li> <li>- Хваты/захваты рук, пояса, корпуса, шеи, головы, ног;</li> <li>- Техника борьбы в стойке на ногах скрестным захватом: бросок и переворот на спину прогибом спереди захватом руки и корпуса, переворот через бедро/спину двойным захватом ног</li> </ul>	

Оцениваемые продукты			
<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выведения из равновесия и бросок хватом за пояс.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Трынта — Национальный вид спорта.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- переворот через бедро.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Соревнования по борьбе Трынта.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бросок и переворот на спину прогибом спереди, падения.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Элементы и приёмы бросков в борьбе Трынта.</p>	<p><b>Элементы и приёмы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- переворот через бедро, двойным захватом, падения.</li> </ul> <p><b>Проект:</b> Приём борьбы Трынта – переворот через спину.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности			
<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение различных локомоторных движений, различий и сходств движений в борьбе Трынта, возможно с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка различных основных движений тела элементами борьбы Трынта.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение различных ролей (управление, модель) в специфических действиях борьбы Трынта на уровне группы/класса;</li> <li>- обучение посредством рабочих заданий: выявление возможностей для занятий борьбой Трынта в школе, семье, обществе.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов борьбы Трынта в разнообразии связок и в комплексах, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка разнообразных элементов борьбы Трынта в различных сочетаниях связок и в комплексах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных видах деятельности борьбы Трынта на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих задач: выполнения разнообразных элементов и приёмов борьбы Трынта.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов борьбы Трынта в разнообразии связок и в комплексах, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка разнообразных элементов борьбы Трынта в различных сочетаниях связок и в комплексах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных видах деятельности борьбы Трынта на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих задач: выполнения разнообразных элементов и приёмов борьбы Трынта.</li> </ul>	<p><i>Специфическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдение, демонстрация и объяснение элементов борьбы Трынта в разнообразии связок и в комплексах, возможно, с видео/цифровой поддержкой;</li> <li>- совершенствование и отработка разнообразных элементов борьбы Трынта в различных сочетаниях связок и в комплексах.</li> </ul> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных видах деятельности борьбы Трынта на уровне группы/класса/школы;</li> <li>- обучение посредством рабочих задач: выполнения разнообразных элементов и приёмов борьбы Трынта.</li> </ul>

## 7. Генеративная матрица меж- и трансдисциплинарных связей

№ п/п	Общее содержание	УРОВЕНЬ А1 V класс	УРОВЕНЬ А2 VI класс	УРОВЕНЬ В1 VII класс	УРОВЕНЬ В2 VIII класс	УРОВЕНЬ В3 IX класс
1.	Польза от двигательной деятельности.	Роль двигательной активности в поддержании и улучшении здоровья.	Влияние двигательной активности на формирование правильной осанки и телосложения.	Влияние двигательной деятельности на повышение работоспособности человека.	Вклад двигательной деятельности в развитие коммуникативной компетенции. Оценка индивидуальных показателей обучения.	Значение двигательной деятельности в развитии компетенции социализации.
2.	Человеческий организм и движение.	Части тела и их специфические движения, соматические типы тела.	Движение – важный фактор поддержания здоровья.	Факторы, вредящие здоровью.	Физические упражнения и жизненные системы организма.	Питание и физическая нагрузка.
3.	Развитие подвижности и средства физического воспитания.	Спортивные дисциплины и их классификация.	Формы занятий физическими упражнениями. Соревновательная и рекреационная двигательная деятельность.	Двигательные качества: сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость.	Средства развития двигательных качеств. Дозировка нагрузки, перегрузка, отдыха.	Нагрузка и отдых. Средства восстановления после нагрузки.
4.	Спорт и личность.	Античные Олимпийские игры.	Двигательные занятия в семье.	Современные Олимпийские игры.	Справедливость в спорте.	Международное и Национальное Олимпийское движение.
5.	Личность и двигательная деятельность.	Мотивация занятиями физическим воспитанием и спортом.	Спортивное поведение и поведение (честная игра).	Физическое упражнение и психические состояния.	Упражнения и их влияние на преодоление стресса и тревоги.	Реакция организма на физическую нагрузку.
6.	Самооценка и саморегулирование физической кондиции человека.	Антропометрические показатели развития человеческого организма.	Показатели двигательной и физической подготовки школьника.	Показатели функциональной готовности организма.	Оценка показателей индивидуальной подготовленности.	Планирование ежедневного и недельного двигательного режима.

## 8. Методологические основы преподавания – учения – оценивания

*Куррикулум* определяет следующие положения относительно методологии преподавания – учения – оценивания дисциплины *Физическое воспитание* в V-IX классах:

- **обеспечение равного доступа к образованию** для всех детей, в том числе с особыми образовательными потребностями, продвижение индивидуализации и дифференциации в учебном процессе;
- **центрирование на ученике**, а не на учебном содержании, которое является средством для достижения образовательных целей;
- **единство психо- и социоцентристского подходов**: каждый ребенок ценен своей уникальностью и этим придает ценность обществу, в то же время усвоение ценностей общества поддерживает ценность личности ребенка.

Общее направление определяется упором на учение, а преподавание и оценивание направлены на активизацию учения.

**Проектирование дидактических стратегий** определяется *Куррикулумом*, но выполняется персонализировано в зависимости от многочисленных факторов: образовательные потребности учащихся, специфика предмета, дидактическая личность учителя, организационная культура школы, доступ к современным коммуникационным и информационным ресурсам и т. д. Приветствуя вариативные и персонализированные подходы к дидактическим стратегиям, *Куррикулум* подчеркивает направленность на: активное учение; умение учиться; формирование компетенций; развитие творчества учащихся. Приоритет отдается интерактивным стратегиям и стратегиям активного участия, что обеспечивает творческий подход учащихся и учителей к учебной деятельности.

*Куррикулум* предлагает разнообразные виды учебной деятельности, на основе которых учителя смогут разрабатывать дидактические стратегии, в которых особую ценность приобретет **продвижение положительного учебного опыта учащихся**. Обеспечение хорошего настроения на уроке является необходимым условием для успешного изучения дисциплины *Физическое воспитание*. Введение развлекательных элементов, чередование видов деятельности, диверсификация информации и средств – эти и другие способы могут стимулировать ученика посещать и учиться с удовольствием на уроках, приобретать позитивный двигательный/спортивный опыт и применять его в других областях и контекстах. Этот подход развивается через структурные компоненты *Куррикулума*.

**Распределение видов спорта по модулям**. Что касается обязательных модулей, то спортивные виды – это те, которые традиционно присутствуют в предыдущих учебных программах, а модули по выбору включают те виды спорта, которые имеют одинаковую классификацию или имеют общую структуру и доступны для

их применения на уроках физкультуры (к примеру, индивидуальные спортивные игры характеризуются индивидуальной практикой и т. д.). Выбор вида из пакетов модулей обосновывается необходимостью диверсификации структур движения, чтобы обогатить двигательный потенциал учащегося, потенциал – который имеет несомненную ценность в повседневной жизни личности.

**Генеративная матрица единиц компетенций.** Для обязательных модулей уровни устанавливаются последовательно, начиная с уровня А1 в первый год обучения. Для модулей по выбору динамика уровней устанавливается учителем в зависимости от преемственности выбора и специфики класса ученика.

**Единицы содержания.** Структура модулей в куррикулумной программе идентична и включает в себя следующие элементы: польза от занятий: меж- и трансдисциплинарные связи; правила безопасности; специальные знания модуля; практическое содержание.

**Польза от занятий/меж- и трансдисциплинарные связи.** Ставится цель обеспечения и сопоставления знаний из разных областей, ориентированных на формирование идей, концепций, видений, убеждений и т. д. о личностной и социальной роли физических упражнений, спорта для здоровья и развития личности. Эти знания могут передаваться различными способами по усмотрению учителя: в рамках обучения – изучения практического содержания; в рамках соревнований и развлекательных мероприятий; как последовательность урока – через интерактивные действия; в целостной форме урока. Предметы выбираются учителем из генеративной матрицы междисциплинарных и трансдисциплинарных связей: одна тема для каждого разработанного модуля в соответствии с 6 типами содержания и в соответствии с классом/уровнем.

Для знаний, спроецированных в генеративной матрице меж- и трансдисциплинарных связей, устанавливаются соответствующие связи с другими дисциплинами:

- *познание мира*: тела и вещества, свойства тел: форма, длина, масса, объём;
- *биология*: влияние вредных факторов (табак, алкоголь, наркотики) на организм человека; человеческое тело и здоровье; опорно-двигательный аппарат, скелетные мышцы в организме человека;
- *физика*: физические величины, единицы измерения; движение и покой;
- *история румын и универсальная история*: античные олимпийские игры;
- *личностное развитие*: активность и отдых; психическое здоровье.

Междисциплинарные связи устанавливаются в рамках практических занятий по модулям:

- *Познание мира*: взаимоотношения в природе – модуль «Пешеходный туризм»; плавание – модуль «Плавание»; движение и отдых – модуль «Спортивная игра»;
- *Биология*: заболевания опорно-двигательной системы и оказание первой помощи – в модулях путём обеспечения и предоставления первой медицинской помощи в случае необходимости;



- *География*: географическая карта – модуль «Пешеходный туризм»;
- *Физика*: электромагнитные явления: магниты – модуль «Пешеходный туризм»; рычаги в организме человека – модули «Спортивная игра», «Гимнастика», «Легкая атлетика»;
- *Музыкальное образование*: ритмы танцевальной и маршевой музыки, песни, предлагаемые для прослушивания – модули «Танцевальные элементы», «Гимнастика» и некоторые занятия в рамках урока;
- *Математика*: набор натуральных чисел; обыкновенные дроби; геометрические элементы и единицы измерения; геометрические фигуры и тела – во всех модулях по мере необходимости;
- *Румынский/русский язык и литература*: культура общения, связанное ясное выражение;
- *Информатика*: (СИТ), образовательное программное обеспечение, PowerPoint – графические презентации дневника двигательной деятельности и группового проекта;
- *Художественное образование*: хроматический диапазон, используемый в учебной деятельности.

Меж- и трансдисциплинарный подход к научному содержанию школьных программ предлагает учащимся образ одного и того же содержания (явления) с точки зрения различных дисциплин и их отношений. Ученик поставлен в ситуацию думать и задавать вопросы, чтобы установить связь между аспектами, изучаемыми в каждой дисциплине, и, таким образом, больше не будет воспринимать изучаемый феномен изолированно, а накапливать то, что он знает о нём с точки зрения различных дисциплин, дополняя их и влияя друг на друга.

**Специфические знания (декларативные) в модуле** основаны на практическом содержании целевого режима в зависимости от соответствующего уровня. **Практические знания (процедуральные)** направлены на формирование компетенций в соответствии с адекватным уровнем и указывают на те средства и методы, которые используются на практических занятиях.

**Учебная деятельность** продвигает методологию, ориентированную на действие, основанное на интерактивных методах, для которых необходим определённый уровень двигательных навыков, мышления, аффективно-волевых процессов, воображения и творчества. Учебная деятельность является средством формирования компетенций и преподносится классу посредством различных общедидактических и специфических дисциплине методов. Но ни один метод не может быть ни рецептом, ни функцией в самоизоляции. Важно использовать подходящие методы для построения дидактических стратегий — наборов процессов, действий и операций, которые, в зависимости от ряда факторов, структурируются в группу деятельности.

**Оцениваемые продукты**, рекомендованные *Куррикулумом*, отражают специфику вида спорта, изучаемого в конкретном модуле, что позволяет выполнять широкий спектр видов деятельности. Перечень продуктов является открытым и



может быть дополнен преподавателем. Но в то же время рекомендуется определить адекватный продукт, наиболее достоверный для каждой единицы компетенции в контексте класса/уровня и для конкретного учащегося.

**Дневник двигательной деятельности ученика** является оцениваемым продуктом, а также средством формирования у учащихся компетенций самооценки и самомотивации для самостоятельной практики двигательной деятельности. Дневник значим и для развития цифровых, коммуникативных и социальных компетенций. Дневник двигательной деятельности предлагает ученику различные формирующие возможности: ученик познает себя, сравнивает, интерпретирует, анализирует, делает выводы, общается, предлагает решения для развития собственного организма и т. д.

**Внимание! Двигательные тесты для диагностики уровня физической подготовленности не составляют продукт оценивания, не являются обязательными, направлены на объективное информирование ученика об уровне общей физической подготовленности, побуждая его активно и систематически практиковать физические упражнения на уроках и дома, чтобы достичь прогресса в данном виде подготовки на протяжении учебного года. Тестирование может проводиться только один раз в год, в конце учебного года, в целях диагностики/самооценивания.**

**Оценивание учебных результатов** по дисциплине *Физическое воспитание* является важной функциональной составляющей образовательного процесса. Стратегии оценивания продуманы таким образом, чтобы побудить учащегося к умственной и практической деятельности, а также для того, чтобы помочь ему развиваться и формировать себя в когнитивном, духовном, психомоторном и аффективно-мотивационном отношениях.

Оценивание будет сосредоточено на анализе – оценке компетенций в рамках учебной дисциплины, заданных в качестве конечных целей обучающего процесса и подлинных результатов образования учащегося, необходимого ему во взрослой жизни. Таким образом, **целью оценивания** является поощрение приобретения опыта в области физического воспитания и степени формирования компетенций по окончании изучения данного предмета в гимназическом цикле.

В зависимости от момента проведения оценивания в процессе обучения по дисциплине *Физическое воспитание*, оценивание проводится следующим образом: на начальном этапе производится первичное оценивание; затем в процессе непрерывного учения – формативное оценивание; и наконец, итоговое – суммативное оценивание.

- **Первичное оценивание** (ПО) необходимо в начале школьного года/семестра/модуля для определения степени сформированности у учащегося навыков, необходимых в процессе успешного изучения нового. ПО не является контрольным, а результаты используются с целью повышения эффективности

последующего процесса преподавания – учения – оценивания. ПО может быть, как инструментальным (на основе разработанных инструментов оценивания), так и неинструментальным.

- **Формативное оценивание** (ФО) планируется на долгосрочном уровне в конце модулей, а на краткосрочном – на определенных уроках, по решению учителя. Целью ФО является систематический и непрерывный контроль текущих результатов и прогресса, достигнутого учащимися. ФО дает учителю возможность незамедлительно вмешаться, позволяет оптимально провести необходимые корректирующие действия, которые изменят результаты учащихся в лучшую сторону. ФО соотносится с единицами компетенций и единицами содержания за рассматриваемый период времени, является инструментальным и проводится на основе рекомендованных продуктов, реализованных в соответствии с темой обучения.
- **Суммативное оценивание** (СО) планируется в конце значительного отрезка образовательного процесса: семестра, учебного года. СО соотносится с единицами компетенций и единицами содержания за рассматриваемый семестр/год. Является инструментальным и проводится с помощью продуктов, реализованных на основе всей изученной за этот период тематики.

*Куррикулум* подчёркивает важность стимулирования саморефлексии, самоконтроля и саморегуляции в контексте принятия учащихся как партнеров в процессе оценивания. Выделяем условия, необходимые для воспитания у учащихся способности к самооцениванию:

- представление задания (продукта) и критериев успеха;
- побуждение учащихся к постановке вопросов о ходе выполнения задания (осознание критериев);
- применение инструментов самопроверки, под руководством учителя;
- поощрение оценивания в рамках группы или класса (взаимооценивание);
- заполнение анкеты (лист/карточка самооценки) по завершении релевантного задания.

Для разработки инструментов оценивания учитель должен выбрать и, по необходимости, скомбинировать соответствующие продукты из рекомендованного списка в соответствии с оцениваемыми единицами компетенции и содержания в контексте данной стратегии оценивания.

Результаты учащихся по предмету *Физическое воспитание* в 5-9 классах будут оцениваться **на основе критериев и дескрипторов, без оценок**. По результатам формативного оценивания в конце модулей и суммативного оценивания в конце семестра/года, на основе критериев и дескрипторов учащимся присуждаются **показатели качества**: очень хорошо (ОХ), хорошо (Х), или удовлетворительно (У) (фиг. 1).

### УЧАЩИЙСЯ, КОМПЕТЕНЦИИ КОТОРОГО:

- устойчивы, способны к саморазвитию
- требуют тренировки для закрепления
- находятся в процессе формирования

Показатели достижений

### ВЫПОЛНЯЕТ ШКОЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ:

- правильно
- полно
- последовательно
- без колебаний
- с незначительными ошибками
- недостаточно полно
- частично
- непоследовательно
- с небольшими колебаниями, преодоленными под руководством учителя (направляющие вопросы)
- с ошибками
- неполно
- непоследовательно
- с колебаниями, преодоленными с постоянной поддержкой (пояснения, указания)

Дескрипторы достижений

### ПОДТВЕРЖДАЕТ ОЦЕНИВАЕМЫЕ ШКОЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ НА:

Очень хорошо

Хорошо

Удовлетворительно

Показатели качества

**Фигура1.** Оценка школьных результатов по дисциплине *Физическое воспитание в V-IX в контексте КОД*

Все вышеперечисленные методологические ориентировки преподавания — учения — оценивания порождают необходимость создания **высокоэффективной и благоприятной учебной среды, нацеленной на ученика**, которая характеризуется следующими критериями:

- вопросы, заданные учащимися, ценнее, чем их ответы;
- идеи поступают из разных источников;
- используются разнообразные типы учения: учение, основанное на практических работах, на исследованиях, на проектах, на рабочих заданиях; непосредственное учение; взаимное обучение; учение с помощью экскурсий; учение в музеях; учение с помощью интернета (e-learning); игровая форма учения и т. д.;
- обучение в классе непосредственно «подключено» к социуму: чтобы оно пригодилось в реальном мире, именно там должно начинаться и заканчиваться обучение;
- обучение персонафицировано в зависимости от различных сопутствующих проблем;
- оценивание является непрерывным, достоверным и прозрачным процессом, который никогда не должен проводиться в качестве наказания;
- критерии успеха всегда взвешенные и прозрачные;
- позитивный опыт обучения рассматривается, как ценность [23].

## ДВИГАТЕЛЬНЫЕ ТЕСТЫ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ГИМНАЗИЧЕСКОГО ЦИКЛА

Учителя и учащиеся могут использовать двигательные тесты в конце учебного года,  
в целях диагностики/самооценки.

№ п/п.	Тесты	Девочки/ Мальчики	Класс	Уровни общей физической подготовленности						
				Высший	Высокий	Средне- высокий	Средний	Средне- низкий	Низкий	Очень низкий
1	Челночный бег: 3×10м (с)	Девочки	V	8,7	8,8	8,9	9,0	9,1	9,2	9,3
			VI	8,6	8,7	8,8	8,9	9,0	9,1	9,2
			VII	8,5	8,6	8,7	8,8	8,9	9,0	9,1
		VIII	8,4	8,5	8,6	8,7	8,8	8,9	9,0	
		IX	8,3	8,4	8,5	8,6	8,7	8,8	8,9	
		Мальчики	V	7,9	8,0	8,1	8,2	8,3	8,4	8,5
			VI	7,8	7,9	8,0	8,1	8,2	8,3	8,4
			VII	7,7	7,8	7,9	8,0	8,1	8,2	8,3
		VIII	7,6	7,7	7,8	7,9	8,0	8,1	8,2	
IX	7,5	7,6	7,7	7,8	7,9	8,0	8,1			
2	Подъём туловища из положения лёжа на спине (руки скрестно к плечам, зафиксированы на груди, ноги полусогнуты, зафиксированы неподвижно) в течение 30 с	Девочки	V	19	18	17	16	15	14	13
			VI	20	19	18	17	16	15	14
			VII	21	20	19	18	17	16	15
		VIII	22	21	20	19	18	17	16	
		IX	23	22	21	20	19	18	17	
		Мальчики	V	24	23	22	21	20	19	18
			VI	25	24	23	22	21	20	19
			VII	26	25	24	23	22	21	20
		VIII	27	26	25	24	23	22	21	
IX	28	27	26	25	24	23	22			

3	Прыжок в длину с места (см)	Девочки	V	165	160	155	150	145	140	135	
			VI	170	165	160	155	150	145	140	
			VII	175	170	165	160	155	150	145	
		Мальчики	VIII	180	175	170	165	160	155	150	145
			IX	185	180	175	170	165	160	155	150
			V	180	170	160	150	140	130	120	
			VI	190	180	170	160	150	140	130	
			VII	200	190	180	170	160	150	140	
			VIII	210	200	190	180	170	160	150	
4	Медленный наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке (см)	Девочки	IX	220	210	200	190	180	170	160	
			V	+11	+10	+9	+8	+7	+6	+5	
			VI	+12	+11	+10	+9	+8	+7	+6	
		Мальчики	VII	+13	+12	+11	+10	+9	+8	+7	
			VIII	+14	+13	+12	+11	+10	+9	+8	
			IX	+15	+14	+13	+12	+11	+10	+9	
			V	+9	+8	+7	+6	+5	+4	+3	
			VI	+10	+9	+8	+7	+6	+5	+4	
			VII	+11	+10	+9	+8	+7	+6	+5	
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на гимнастической скамейке (кол-во повторов)	Девочки	VIII	+12	+11	+10	+9	+8	+7	+6	
			IX	+13	+12	+11	+10	+9	+8	+7	
			V	14	13	12	11	10	9	8	
		Мальчики	VI	15	14	13	12	11	10	9	
			VII	16	15	14	13	12	11	10	
			VIII	17	16	15	14	13	12	11	
			IX	18	17	16	15	14	13	12	
			V	14	13	12	11	10	9	8	
			VI	15	14	13	12	11	10	9	

6	Подтягивания из виса хватом сверху на перекладине (кол-во повторов)	Мальчики									
		V	7	6	5	4	3	2	1		
		VI	9	8	7	6	5	4	3		
		VII	11	10	9	8	7	6	5		
		VIII	13	12	11	10	9	8	7		
		IX									
		42 кг	15	14	13	12	11	10	9		
		48 кг	14	13	12	11	10	9	8		
		51 кг	13	12	11	10	9	8	7		
		56 кг	12	11	10	9	8	7	6		
		60 кг	11	10	9	8	7	6	5		
		67 кг	10	9	8	7	6	5	4		
		75 кг	9	8	7	6	5	4	3		
		82 кг	8	7	6	5	4	3	2		
+ 82 кг	8	7	6	5	4	3	2				

**GHID  
DE IMPLEMENTARE  
A CURRICULUMULUI  
DISCIPLINAR**

## Введение

Данное руководство является частью системы продуктов *Национального куррикулума* и представляет собой справочный документ по реализации Куррикулума по дисциплине *Физическое воспитание* в гимназическом цикле образования для V-IX классов.

Руководство адресовано учителям и руководителям образовательных учреждений, а также другим специалистам по дидактике физического воспитания.

В этом контексте методическое руководство предлагает:

- концептуальные и теоретические ориентиры относительно физического воспитания учащихся в контексте образовательной политики в средних школах;
- общие руководящие указания и методологические критерии для разработки учебных планов: долгосрочное и краткосрочное проектирование;
- методические рекомендации и стратегии преподавания – учения – оценки по дисциплине *Физическое воспитание*.

В аспекте методологии преподавания – учения – оценки содержание работы выдвигает ключевые идеи куррикулума: ориентацию на активное обучение, обучение обучаться, формирование компетенций, формирование и развитие личности ученика в единстве социальных и психомоторных измерений.

Посредством данной методологической поддержки мы стремимся продвигать диверсифицированные и персонализированные подходы учителей по реализации Куррикулума по дисциплине *Физическое воспитание* в гимназическом образовании. В качестве условий для эффективной реализации мы выделяем:

- эффективное управление внедрением учебных программ в гимназическом образовании;
- создание благоприятного психологического климата в профессиональной среде;
- создание высокоэффективных учебных условий;
- создание положительных мотивационных установок для учителей и учащихся;
- осознанное принятие субъектами образовательного процесса изменений в рамках куррикулума;
- эффективное партнерство с родителями и представителями общественности.

**Авторы**



# 1. Концептуальные/теоретические основы Куррикулума по дисциплине **Физическое воспитание**

## 1.1. Концепция Куррикулума по дисциплине *Физическое воспитание*

Физическое воспитание, являющееся составной частью системы образования, обладает потенциалом формирования социально-психомоторных способностей и отношений самоутверждения, самооценки и ценностной ориентации личности. Школьное физическое воспитание развивает доступ к области практики с сильным культурным и социальным участием, важным для развития личной и коллективной жизни человека. Предлагаемая цель необходима на протяжении всего обучения, чтобы сформировать образованного гражданина с физической и социальной автономией.

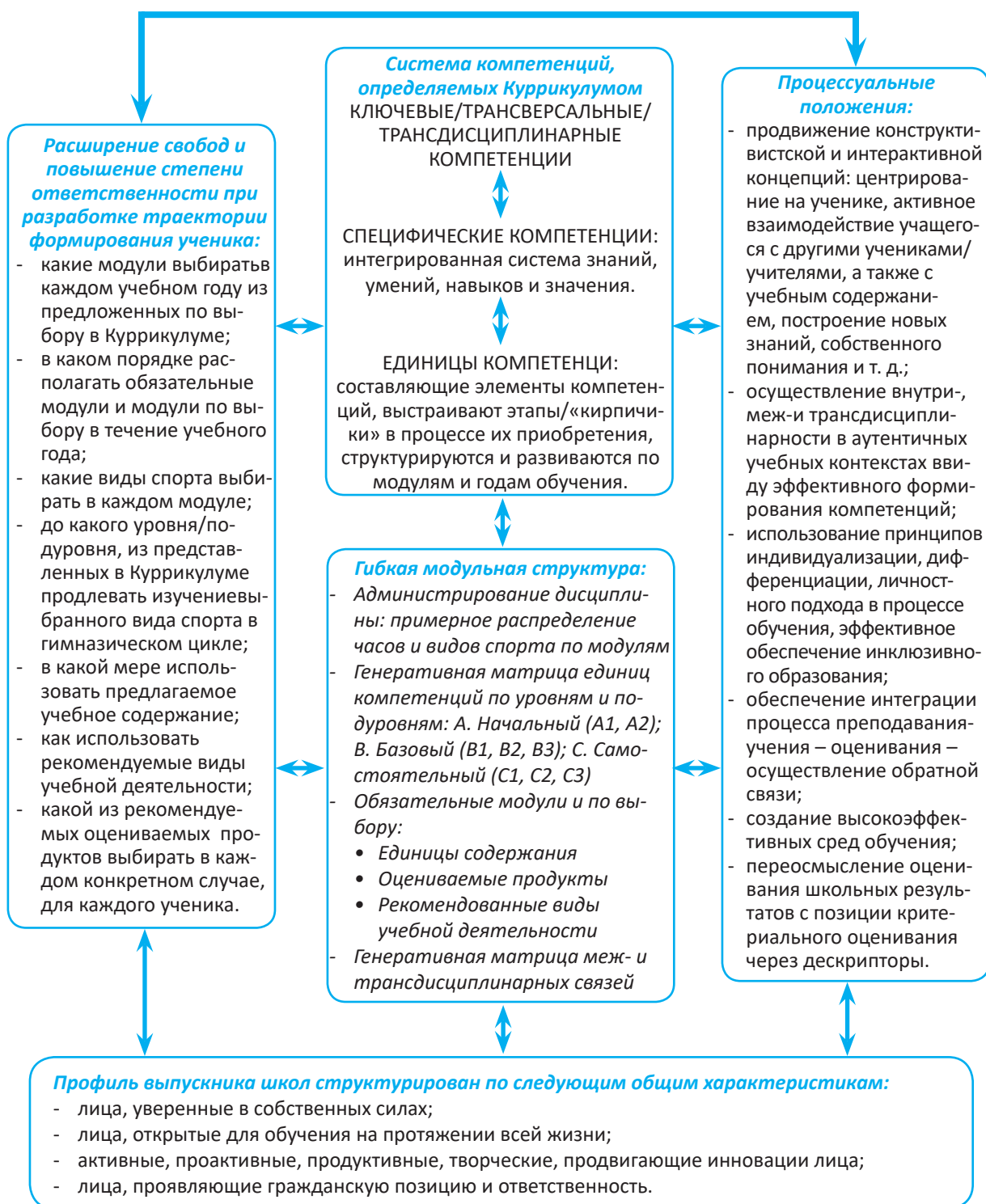
Концепция и базовая функция школьного куррикулума по физическому воспитанию заключается в инициировании и постоянном ориентировании учащихся в целях формирования хорошей системы соотношения знаний, мотиваций, умений и навыков для систематического, сознательного, самостоятельного использования средств физического воспитания, а также для соблюдения здорового образа жизни как в период обучения, так и на протяжении всей жизни.

Куррикулум по дисциплине *Физическое воспитание* представляет собой набор документов, предназначенных для учителя и ученика, в котором представлены стратегия и методика преподавания физического воспитания, цели, содержание и цели обучения, одновременно предложены модели для их достижения (Рис.1).

Общая и специфическая характеристика Куррикулума по дисциплине *Физическое воспитание* определяет деятельность, которая систематически использует совокупность форм преподавания физических упражнений на основе базовых методологических принципов и концепций в рамках конкретной педагогической стратегии когнитивного, психомоторного и аффективного порядка на уровне учебного процесса в разных образовательных системах, в целях повышения биологического, физиологического, психологического, педагогического и социального потенциала учащегося. Она включает конкретные маршруты организации учебного процесса в зависимости от собственного уровня и темпа интеллектуального, физического, морального, функционального и биологического развития учащегося, направленные на формирование и оценку специфических компетенций дисциплины *Физическое воспитание*.

Профиль выпускника структурирован по четырем общим характеристикам будущих граждан, которые описываются на уровне образования гимназии следующим образом [2, с.27-32]:

- **Лица, уверенные в собственных силах:** ценят и эффективно применяют свои навыки; демонстрируют несгибаемость и устойчивость в трудных и неблагоприятных ситуациях; проявляют уважение, предлагают бескорыстную помощь тем, кто в ней нуждается; проявляют смелость, принимают активное участие в защите моральных устоев; продвигают общечеловеческие ценности, значимые для современного свободного и демократического общества; критически анализируют и оценивают факты, проблемы, ситуации и т. д.; демонстрируют уверенность, убедительность и сопричастность в общении; определяют и используют модели/опыт личностного развития в местном, национальном и универсальном контексте; определяют конкретные и достижимые цели, чтобы преуспеть в личной, социальной и профессиональной жизни; предпринимают конкретные действия для реализации своего потенциала и для достижения поставленных целей; берут на себя ответственность за принятые решения; постоянно и последовательно следят за реализацией данных решений.
- **Лица, открытые для обучения на протяжении всей жизни:** демонстрируют добросовестность и настойчивость в обучении; определяет ресурсы и инструменты, которые модернизируют их обучение; облегчают совместную учебную деятельность со своими коллегами; оценивают достигнутые ими результаты и ставят новые цели обучения; разрабатывают новые пути обучения; исследуют информацию о новых способах полимодального подхода к фактам, явлениям и т. д.; участвуют в организации и проведении формальных и неформальных учебных мероприятий для своих коллег; исследуют и используют существующие неформальные возможности обучения для личного, социального и профессионального развития; выбирают, объединяют и используют различные ресурсы, инструменты и эффективные методы для быстрой и качественной обработки больших объемов информации.
- **Активные, проактивные, продуктивные, творческие, продвигающие инновации лица:** привержены здоровому и активному образу жизни, который они пропагандируют и практикуют, соблюдая его требования и принципы; адаптируют свое коммуникативное выступление в соответствии с контекстами, ситуациями, аудиторией, обстоятельствами и т. д.; владеют навыками командной работы; выполняют конкретные роли и обязанности в рамках команды; берут на себя ответственность за достижение общего успеха.



**Рисунок 1.** Концепция Куррикулума по дисциплине Физическое воспитание.

- **Лица, проявляющие гражданскую позицию и ответственность:** действуют решительно в различных социальных ситуациях и контекстах в соответствии с правами и свободами граждан, продвигая и требуя их соблюдения; активно участвуют в социальной, культурной, экономической и политической жизни общества, местности, страны; оценивают влияние личного участия на развитие сообщества; иницируют проекты для решения различных проблем в своем сообществе и за его пределами с привлечением всех заинтересованных сторон; иницируют деятельность и проекты для поддержки людей, находящихся в затруднительном положении; знают и ценят собственную культурную самобытность; выражают понимание, уважение и терпимость к культурному, этническому и профессиональному разнообразию; участвуют в мероприятиях по продвижению национальной культурной самобытности по отношению к европейской культурной идентичности и культурного разнообразия мира; иницируют проекты популяризации национального исторического и культурного наследия в обществе, стране и за рубежом.

Повышение эффективности уроков физического воспитания, продвигаемое актуальным куррикулумным образованием, заключается в создании благоприятных условий обучения в контексте тесного взаимодействия с самой образовательной средой, побуждая учащихся понимать и ценить значимость фактора физической активности, а также вырабатывать мотивацию по принятию правильных решений в жизни. Школьники изучат концепции, которые позволят им осознать перспективы физического развития, центрального элемента человеческой идентичности, создания значимых связей между людьми, нациями, культурами и миром природы.

Эта перспектива и определяет такую организацию обучения по интегрированным темам, которые сосредоточены на личностном и социальном развитии учащихся, единицах обучения, направленных на формирование навыков, ценностей и отношений, необходимых для повседневной жизни в современном обществе.

Важной особенностью куррикулума является интенсификация междисциплинарных и трансдисциплинарных подходов в рамках урока физкультуры, посредством которого будут стимулироваться способности учащихся интегрировать знания, опыт и способы мышления из двух или более школьных дисциплин. Таким образом, понимая междисциплинарные и трансдисциплинарные связи, учащиеся будут развивать навыки по решению проблем, самооценке и улучшению своей собственной деятельности, а также вырабатывать четкое представление о влиянии занятий спортом и преимуществах самостоятельной двигательной деятельности.

## 1.2. Инновационные подходы Куррикулума по дисциплине *Физическое воспитание*

Основной целью образования является формирование целостного характера и развитие системы компетенций, составными компонентами которых являются знания, навыки, установки и ценности, способствующие активному участию личности в социально-экономической жизни общества, страны.

Развитие *Национального куррикулума* определяет направления и методологию куррикулярного изменения. Все это может быть эффективным и только с учетом вызовов современного мира, национального контекста и состояния нынешней учебной программы.

Куррикулум *Физическое воспитание*, разработанный с целью обеспечения качества и эффективности образовательного процесса, претерпел существенные изменения, среди которых мы выделяем следующие:

- а) *Модульная реорганизация дисциплины*, необходимая для повышения эффективности образовательного процесса *обучение – учение – оценка* в контексте фокусировки на личности учащегося как результат диверсификации образовательных предложений.
- б) *Ориентировочное распределение часов по модулям*, рекомендация учителю для долгосрочного проектирования, которая учитывает сложность содержания в соответствии с биологической и психической эволюцией учащихся, а также в перспективе формирования основных двигательных навыков в контексте конкретных спортивных тестов.
- в) *Распределение видов спорта по модулям*. Виды спорта в модулях отобраны и предложены преподавателю с целью свободного самостоятельного построения эффективного курса обучения на основе конкретных компетенций/единиц компетенций в соответствии с различными факторами воздействия (специфическими для учащихся, местности или географического района, доступных ресурсов и т. д.).
- г) *Переопределение конкретных компетенций*. Исходя из концепции компетенции как цели, здесь специфические компетенции дисциплины *Физическое воспитание* были сформированы посредством следующих компонентов:
  - основные способности, выраженные глаголами: объяснение, исследование, управление;
  - специфические знания дисциплины: эффекты двигательной и спортивной деятельности; двигательный потенциал в образовательной и повседневной деятельности; специфические навыки спортивного вида в соревновательной и рекреативной деятельности;

- Ценности и отношения, связанные с профилем выпускника гимназического цикла: критическое и позитивное мышление, самоконтроль, уважение и забота по отношению к участникам совместной деятельности, ответственность за общий успех.
- д) *Генеративная матрица единиц компетенции* стимулирует доверие и ответственность учителя, свободу выбора и построение маршрута обучения виду спорта в классе в соответствии с уровнями: начальный, базовый и независимый.
- е) *Реформулировка единиц компетенций* путем соотнесения с конкретными компетенциями и единицами содержания с учетом градации, сложности, переносимости и контекстуальности компетенций.
- ж) *Разработка обязательных и дополнительных модулей на уровнях и подуровнях* с уникальной структурой, классификация системы единиц содержания (*контентные единицы*) в соответствии с принципами последовательности и доступности, в зависимости от возраста и развития учащегося:
- контентные блоки (блоки содержаний) – включают в себя преимущества занятий спортом: меж/трансдисциплинарные связи, правила безопасности, конкретные знания и практическое содержание;
  - учебная деятельность – которая отражает деятельность по формированию единиц компетенций, продвигая конструктивную и интерактивную концепцию учебного процесса, ориентированного на обучающегося, обеспечивая благоприятную среду обучения с высокой эффективностью;
  - оцениваемые продукты обладают специфическим характером для соответствующего вида/модуля и направлены на стимулирование развития двигательного/спортивного опыта и степени формирования результатов обучения. Его можно дополнить проекцией с наиболее адекватной для каждой единицы компетенцией.
- з) *Разработка генеративной матрицы междисциплинарных и трансдисциплинарных связей* – направлена на обеспечение и сопоставление знаний из различных областей обучения, предоставляя учителю свободу в распределении предметов в соответствии с выбранными модулями.

## 2. Проектировочные обоснования Куррикулума по дисциплине **Физическое воспитание для V-IX классов**

### 2.1. Куррикулум по дисциплине *Физическое воспитание* как дидактический проект

Дидактическое проектирование представляет собой сложную деятельность по предвосхищению как общего развертывания учебно-воспитательного процесса, так и его компонентов, модальности их взаимосвязи и взаимного определения на всех уровнях.

Центральным понятием дидактического проектирования учебной дисциплины «Физическое воспитание» в контексте Куррикулума является **персонализированное дидактическое проектирование**.

Персонализированное дидактическое проектирование выражает право учителя на принятие тех решений, которые он считает оптимальными для обеспечения качества дидактического процесса в своем классе. В то же время, персонализируя дидактическое проектирование, учитель принимает ответственность за обеспечение индивидуализированных подходов к обучению учащихся в зависимости от конкретных условий и нужд.

Дидактическое проектирование школьной дисциплины требует от учителя предварительного обдумывания хода учебных событий, связанных с преподаванием, учением и оцениванием, эшелонированного по двум взаимозависимым уровням: долгосрочному и краткосрочному.

Документами по дидактическому проектированию, которые разрабатывает учитель и утверждает менеджер учебного заведения, являются:

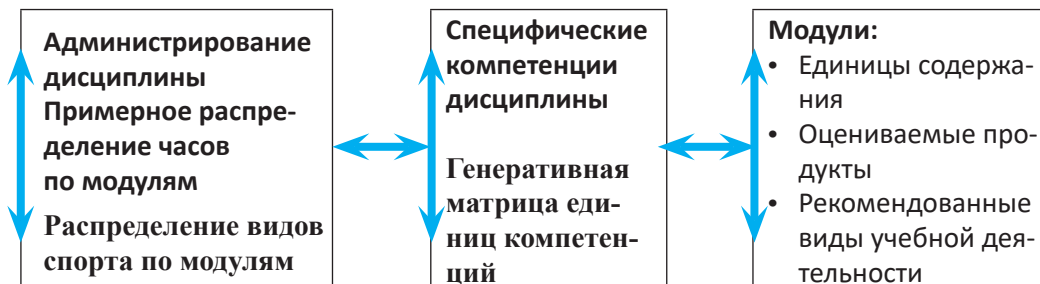
- долгосрочные: проект администрирования дисциплины (годовой, семестровый), проекты модулей;
- краткосрочные: проекты уроков или других форм организации.

Названные проекты являются административными документами, персонализированно претворяющими куррикулум учебной дисциплины (школьную программу) в конкретные условия дидактического процесса в классе в контексте оптимального, по мнению учителя, распределения методических, временных и материальных ресурсов.

Таким образом, куррикулум учебной дисциплины является основополагающим и регламентирующим документом для персонализированного дидактического проектирования.



В этом смысле в предметной программе для определенного класса необходимо проследить взаимосвязь следующих элементов:



**Специфические компетенции** спроектированы для всего периода образования гимназии и являются основополагающими для **долгосрочного проектирования** учебной дисциплины.

**Годовое дидактическое проектирование** учебной дисциплины выполняется согласно данным, представленным в таблице **Администрирование учебной дисциплины**, принимая в расчет **Примерное распределение часов по модулям** и **Распределение видов спорта по модулям**.

**Системы единиц компетенций, спроектированные для модуля**, выбираются из генеративной матрицы единиц компетенций, которая структурирована по уровням обучения физического воспитания в гимназии: **А** – начальный; **В** – базовый – в полном объеме для формативного оценивания по завершении модулей и выборочно – для первичного оценивания по ходу модуля. Эти системы являются основополагающими для дидактического проектирования модулей и для поурочного проектирования.

**Единицы содержания** представляют собой информационные средства для приобретения систем единиц компетенций, спроектированных для данного модуля. Соответственно, единицы содержания служат и для формирования специфических компетенций по предмету, а также – трансверсальных/трансдисциплинарных компетенций.

**Рекомендованные виды учебной деятельности и оцениваемые продукты** представляют собой открытые списки ситуаций/контекстов, значимых для проявления единиц компетенций, предусмотренных для формирования/развития и оценивания в данном модуле. В процессе проектирования и проведения уроков согласно проекту учебной единицы учитель не только волен в выборе рекомендованных продуктов, но и ответственен за него. Учитель может дополнить предложенный список в зависимости от специфики конкретного класса, имеющихся ресурсов и т. д.



## 2.2. Долгосрочное дидактическое проектирование

*Долгосрочный проект:*

- это **управленческий документ**, который составляется педагогом в начале учебного года для каждого класса и допускает корректировку по ходу учебного года в зависимости от различных факторов воздействия;
- должен являться **функциональным инструментом**, обеспечивающим ритмичное прохождение содержания и проведение оценивания согласно структуре учебного года с нацеленностью на достижение учащимися конечных куррикулумных целей;
- должен иметь **личный/персонализированный характер**, осуществляя сращивание дидактической нормативности с творчеством и профессиональной компетенцией педагога – что полезно, прежде всего, для ученика; опубликованные долгосрочные проекты могут быть использованы в качестве ориентиров в разработке личных проектов.

*Долгосрочный проект включает:*

- титульную часть;
- проектирование модулей.

**Помни!** Учителя имеют право разрабатывать в начале учебного года только проект администрирования дисциплины и проект первого модуля, а проекты следующих модулей выполнять в течение года по мере завершения внедрения проекта предыдущего модуля.

*Титульная часть долгосрочного проекта должна включать следующие рубрики:*

**Учебная дисциплина** – записывается наименование дисциплины согласно Учебному плану;

**Специфические компетенции дисциплины** – выписываются из предметного куррикулума;

**Библиография** – перечисляются куррикулумные продукты по предмету:

- основные: предметный куррикулум, апробированный МОКИ;
- вспомогательные: гид по внедрению куррикулума в процесс образования; методические пособия для учителей; методические указания; образовательное программное обеспечение и т. д.

Проект администрирования дисциплины включает следующие рубрики:

**АДМИНИСТРИРОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

	В неделю	I семестр	II семестр	В году
Кол. час.				

Нр. мод.	Модули	Количество часов	Оценивание		
			НО	ФО	СО

*Указания по заполнению рубрик:*

- **Количество часов в неделю** – записывается согласно Учебному плану.
- **Количество часов в семестр/год** – рассчитывается в соответствии со структурой учебного года, которую ежегодно устанавливает МОКИ.
- **Модули** – вписываются названия модулей из предметного куррикулума, утвержденных МОКИ на текущий год.
- **Количество часов для каждого модуля** – проектируется, принимая в расчет рекомендации предметного куррикулума; сложность содержания, темп работы учащихся и т. д.
- **Оценивание** – проектируется количество начальных оцениваний (НО), формативных оцениваний (ФО) для каждого модуля и суммативных оцениваний (СО) в конце каждого семестра.

Педагог имеет право дополнить проект администрирования дисциплины другими рубриками, которые могут облегчить ему процесс проектирования.

*Примеры построения модулей в течение учебного года:*

**Пример 1**

Номер модуля	Модули	Кол-во часов
1	Атлетика	12
2	Футбол	10
3	Наст. теннис	9
4	Гимнастика	14
5	Баскетбол	10
6	Пеш. туризм	13

**Пример 2**

Номер модуля	Модули	Кол-во часов
1	Атлетика	12
2	Ойна	10
3	Пеш. туризм	9
4	Гимнастика	10
5	Футбол	14
6	Регби-тэг	13

**Пример 3**

Номер модуля	Модули	Кол-во часов
1	Футбол	10
2	Шашки	7
3	Гимнастика	14
4	Трынта	10
5	Волейбол	11
6	Атлетика	16

**Пример 4**

Номер модуля	Модули	Кол-во часов
1	Регби-тэг	12
2	Бадминтон	8
3	Волейбол	11
4	Аэробика	8
5	Гимнастика	14
6	Атлетика	15

*Проектирование модулей:*

Проект модуля включает следующие рубрики:

**Модуль:** .....

**Количество выделенных часов:** .....

**Пример 1**

Единицы компетенций	№ урок/сем.	Тематическое содержание	Кол-во часов	Дата	Оценивание	Учебные ресурсы	Примечания
1	2	3	4	5	6	7	8

**Пример 2**

Единицы компетенций	№ урок/сем.	Тематическое содержание	Виды учебной деятельности	Кол-во часов	Дата	Оценивание	Учебные ресурсы	Примечания
1	2	3	4	5	6	7	8	9

*Указания по заполнению рубрик:*

- **Модуль** – фиксируется порядковый номер и название модуля в соответствии с проектом администрирования дисциплины.
- **Количество выделенных часов** – выписывается из проекта администрирования дисциплины.
- **Единицы компетенций** – в схематичном варианте записываются номера всех единиц компетенций, предусмотренных предметным kurikulumом для данного модуля (например, 3.1, 3.2 и т. д.); по необходимости, переписываются из curriculumума.
- **Тематическое содержание** – эшелонируются учебные темы на 1-2 часа, которые могут быть сформулированы из списка содержания, заданного в предметном curriculumуме, утвержденного МОКИ; затем, в зависимости от специфики дисциплины, творческого подхода учителя и других факторов, приводятся разъяснения к каждому уроку – сжато или развернуто; согласно записям в этой рубрике, будут выполняться записи в классном журнале к каждому уроку.
- **Количество часов** – распределяется по одному часу на каждое соответствующее тематическое содержание.
- **Дата** – фиксируется календарная дата для каждого урока с учетом структуры учебного года и расписания уроков.
- **Учебные ресурсы** – отмечаются на уровне учебной единицы методы и формы учебной деятельности на уроках, по желанию дополнительных учебных пособий
- **Оценивание** – записи в этой рубрике должны указывать уроки, на которых планируется проводить: первичное оценивание (ПО), формативное оценивание (ФО), суммативное оценивание (СО).

***Проектирование модулей Баскетбол и Пешеходный туризм на примере 1  
Построение модулей в течение учебного года***



	26/II	<p><b>Баскетбол. Формативная оценка</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Основная группа</b></li> </ul> <p><b>Р7:</b> Передача мяча двумя руками от груди; дриблинг с визуальным контролем</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Освобожденные ученики:</b> *Ученики с частичным ограничением физической нагрузки реализуют продукты в меру своих возможностей.</li> </ul> <p><b>Р17:</b> Судейство: счет</p>	1		<b>EF</b>	Баскетбольные мячи, конусы; Шкала оценок; Карточка самооценки
--	-------	--	---	--	-----------	---

Модуль 6. Пеш. туризм – 10 часов							
Единицы компетенций	№ урок/ сем.	Тематическое содержание	Кол-во часов	Дата	Оценивание	Учебные ресурсы	
<p><b>УРОВЕНЬ А1</b></p> <p>6.1. Выявление преимуществ практики пешего туризма с точки зрения гармонического физического развития.</p> <p>6.2. Соблюдение правил безопасности и гигиенических требований в рамках занятий туризмом.</p> <p>6.3. Комментируемое восприимчивое двигательных действий, характерных пешеходному туризму.</p> <p>6.4. Координация интеллектуальных, психомоторных и повседневных навыков в процессе применения средств пешего туризма.</p>		<p>Когнитивное содержание: Меж/трансдисциплинарная тема: Мотивация занятий физическими и спортивными упражнениями (flashmob)</p> <p>Преимущества занятий пешим туризмом</p> <p>Правила безопасности в рамках деятельности пешеходного туризма</p> <p><b>Темы уроков:</b></p> <p>Коллективная туристическая экипировка</p> <p>Индивидуальная туристическая экипировка</p> <p>Специальная туристическая экипировка</p> <p>Ориентирование по компасу, карте, природным элементам</p> <p>Ориентирование по природным элементам</p> <p>Техника передвижений и преодоления природных препятствий</p> <p>Техника передвижений и преодоления природных препятствий</p> <p>Техника передвижений и преодолений искусственных препятствий</p> <p>Туристические экскурсии</p>	<p>На протяжении уроков</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>			Информационные устройства, образовательные софты, интерактивная доска; магнитофон, видеокамера	
		27/II		1		НО	Натуральная/импровизированная площадка с препятствиями, индивидуальное туристическое снаряжение, туристическая карта, компас, рюкзак, палатка, карabinы, канаты, перчатки, магний, видеокамера.
		28/II		1			
		29/II		1			
		30/II		1			
		31/II		1			
		32/II		1			
		33/II		1			
		34/II		1			
		35/II		1			
		36/II		1		ФО	Туристическое снаряжение, шкала оценок, карточка оценки
							Карточки взаиморецензирование

<p>CS1. Объяснение воз- действий двигательной и спортивной деятельности, проявляя критическое и позитивное мышление в интеграции различных об- ластей образования, дея- тельности и человеческих ценностей.</p> <p>CS2. Изучение двигатель- ного потенциала в образо- вательной и повседневной деятельности, демонстра- ция самоконтроля по гар- моническому физическому развитию.</p>	37/II	<p><b>Дневник двигательной деятельности ученика.</b> Суммативная оценка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Основная группа:</b> P14: Дневник двигательной деятельности: занятия гимнастикой, баскетболом и туристическими упражнениями во внеклассной деятельности, на протяжении 2-го семестра</li> </ul> <p><i>*Ученики с частично ограниченной физической нагрузкой реализуют продукты в меру своих возможностей.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Освобожденные ученики:</b> P14: Дневник двигательной деятельности: занятия ходьбой во внеклассной деятельности на протяжении 2-го семестра</li> </ul>	1	СО	Проектор, компьютер
--	-------	---	---	----	---------------------

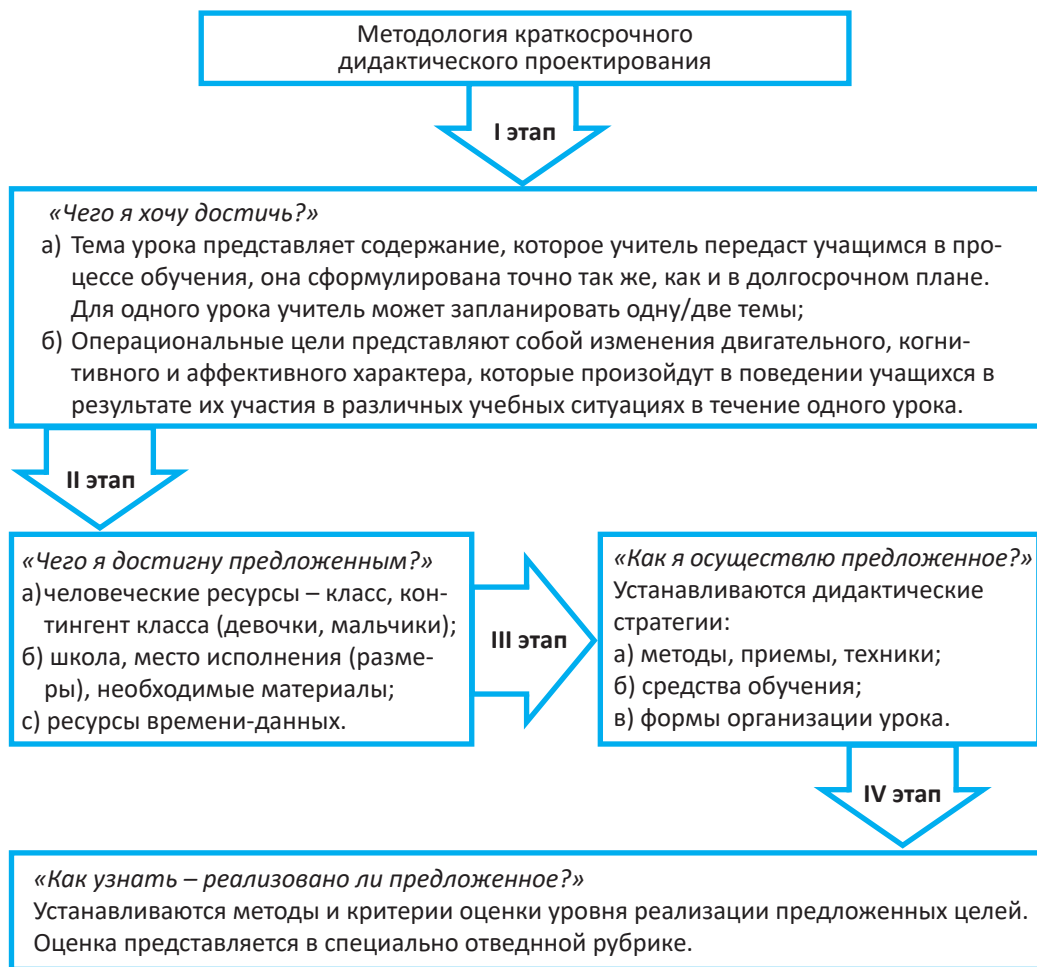


## 2.3. Краткосрочное дидактическое проектирование

Краткосрочное дидактическое проектирование предполагает перспективный подход, основанный на процедурном алгоритме, который реализуется в рамках содержания долгосрочного дидактического проектирования.

Проект урока – это рабочий инструмент и руководство для учителя, предлагающее общую, глобальную и сложную перспективу урока. В современном видении проект урока носит ориентировочный характер, обладая особой гибкой структурой. Для него предпочтительно предусмотрение не только некоторых альтернативных действий, но и использование определенных способностей учителя пересмотра ожидаемого подхода, когда непредвиденные ситуации требуют изменения, что определяет его творческую линию деятельности.

Краткосрочный дидактический проект предлагает рациональную и персонализированную схему урока:



**Рисунок 2.** Методология краткосрочного дидактического проектирования.

### **Краткосрочный проект включает:**

- вводную часть;
- дидактический сценарий/ход урока.

### **Вводная часть дидактического проекта урока:**

- **Класс:** V
- **Учебная дисциплина:** Физическое воспитание
- **№ урока:** 22 (5)
- **Тип урока:** ознакомления
- **Единицы компетенций:** Уровень А1 5.1; 5.2; 5,3
- **Тема урока:** Дриблинг на месте
- **Цели урока:**

К концу урока учащийся покажет, что он способен:

Ц<sub>1</sub>: выявлять ключевые факторы при выполнении дриблинга на месте;

Ц<sub>2</sub>: различать формы дриблинга: высокий, средний, низкий;

Ц<sub>3</sub>: выполнять дриблинг на месте с разных стартовых положений;

Ц<sub>4</sub>: согласовывать положения и движения сегментов тела при выполнении дриблинга;

Ц<sub>5</sub>: применять правила дриблинга в подвижных играх;

Ц<sub>6</sub>: проявлять интерес и самоконтроль в обучении дриблингу.

- **Дидактические стратегии:**

а. *Формы:* фронтальная, индивидуальная, в парах;

б. *Методы и приемы:* иллюстрация; объяснение; проблемный метод; эвристическая беседа; дидактическая игра; ролевая игра; упражнение;

в. *Средства:* баскетбольная площадка, щиты, баскетбольные мячи, веши, конусы, свисток, скакалки, планшеты, проектор.

- **Стратегии оценивания:** начальное оценивание (П7); самооценивание;

- **Библиография:**

1. *Национальный куррикулум Физическое воспитание, для V-IX классов.* Кишинэу: МОКИ, 2019.
2. *Гид по внедрению куррикулума Физическое воспитание, для V-IX классы.* Кишинэу: МОКИ, 2019.

### **Проектирование хода урока**

Проектирование хода урока может быть выполнено на основе учебных событий, эшелонированных в соответствии с типом урока. По решению менеджера и в соответствии с дидактической категорией учителя допускается более или менее развернутая форма проекта урока. В зависимости от модели проектирования и степени развернутости возможны различные варианты графической организации дидактического сценария/хода урока.

Этапы Урока	Цели	Дидактические Содержания	Дозирование, время	Дидактические стратегии			Рекомендации/ Методические указания
				Формы орга- низации	Методы и приемы	Средства	

### Указания по разделам:

- **№ урока** – указывается порядковый номер урока в рамках семестра и модуля. Например, третий урок во втором модуле: 3(2).
- **Тема урока** – выписывается из проекта соответствующего модуля
- **Тип урока** – указывается соответствующий тип урока согласно компетентностному подходу:
  - *Вводные уроки;*
  - *Ознакомительные уроки;*
  - *Уроки формирования двигательных умений и навыков;*
  - *Уроки по применению знаний, двигательных умений и навыков;*
  - *Восстановительные/реабилитационные уроки;*
  - *Комплексные или смешанные уроки;*
  - *Уроки оценивания;*
  - *Уроки накопления новых знаний;*
- **Единицы компетенций** – указываются те единицы компетенций, которые являются приоритетными для данного урока; переписываются полные формулировки из проекта модуля.
- **Цели урока** – в зависимости от конкретной ситуации формулируются 4-6 целей, выведенных из выбранных для данного урока единиц компетенций, соответствующим образом отражая следующие области: когнитивная, психомоторная, эмотивная области.

Для строгой формулировки целей урока может быть рекомендована трехшаговая процедура Р. Ф. Мейджера (1962):

- уточнение наблюдаемого поведения, которое ученики должны усвоить к концу урока (с помощью глаголов действия);
- описание условий, в которых учащиеся докажут ожидаемые достижения (например: на основе...; с помощью...; начиная с...; без использования...);
- указание уровня (качественно и/или количественно) достижения, необходимого для того, чтобы принять/учесть усвоенное поведение. В поурочных проектах допускаются более сжатые формулировки целей урока, менее строго следующие этим трем требованиям.

При формулировании целей урока следует избегать глаголов, которые вызывают неопределенность, не годятся для точного указания того, что смогут делать учащиеся по окончании урока.

Примеры нежелательных глаголов:			
знать узнавать усваивать прояснять выяснять	понимать учиться запоминать ознакомляться воспринимать	осознавать убеждать чувствовать соображать обогащать	углублять развиваться привыкать стараться концентрироваться

Для подбора глаголов действий рекомендуется: таксономия Блума-Андерсона для когнитивной области; таксономия Симпсона для области психомоторики; таксономия Красвола для области эмоций. Ниже предлагаются соответствующие подборки.

#### Когнитивная область: таксономия Блума-Андерсона

<b>Запоминание</b>	сообщать определять описывать перечислять	находить идентифицировать перебирать локализовывать	называть подбирать соотносить распознавать	исправлять повторять пересказывать уточнять
<b>Понимание</b>	выбирать различать приводить примеры	объяснять выражать иллюстрировать	локализовать представлять соотносить излагать	истолковывать воспроизводить переводить преобразовывать
<b>Применение</b>	выбирать применять вычислять демонстрировать осуществлять	прикидывать выполнять экспериментировать использовать изображать	внедрять исполнять моделировать изменять оперировать	практиковать программировать решать намечать симулировать
<b>Анализ</b>	выбирать анализировать оценивать располагать/упорядочивать придавать сортировать классифицировать сравнивать	соотносить противопоставлять принимать решение деформировать обнаруживать устанавливать отличать разграничивать	отличать выдвигать гипотезы/предположения исследовать обобщать группировать инспектировать инвентаризировать	упорядочивать организовывать представлять задавать вопросы резюмировать представлять схематично отделять

<b>Оценивание</b>	отстаивать оценивать рассчитывать делать вывод	убеждать критиковать выводить спорить	выдвигать гипотезы/предположения формулировать суждения ранжировать	рекомендовать пересматривать рассматривать поддерживать проверять
<b>Создание</b>	сочинять задумывать строить/ выстраивать подготавливать	создавать развивать формулировать включать	придумывать заменять изменять инициировать планировать	продуцировать проектировать предлагать переставлять преобразовывать

### Область психомоторики: таксономия Симпсона

<b>восприятие</b>	выбирать подключаться описывать	обнаруживать разграничивать различать	отличать идентифицировать отделять	относить подбирать выделять
<b>Настроение</b>	декларировать приступать	демонстрировать объяснять	начинать проявлять	планировать подготавливать реагировать
<b>Управляемая реакция: Автоматизм</b>	собирать разбирать	исполнять выполнять в точности	измерять манипулировать/ пользоваться	смешивать представлять схематично
<b>Сложная реакция</b>	собирать контролировать разбирать	выполнять в точности пользоваться измерять	монтировать смешивать оперировать	организовывать представлять -схематично проверять
<b>Адаптация</b>	согласовывать соглашаться	направлять варьировать изменять	соотносить переставлять	регулировать перестраивать пересматривать
<b>Концептуализация</b>	расставлять/ упорядочивать соединять	сочетать составлять	задумывать строить/ выстраивать	создавать разрабатывать проектировать

## Область эмоций: таксономия Красвола

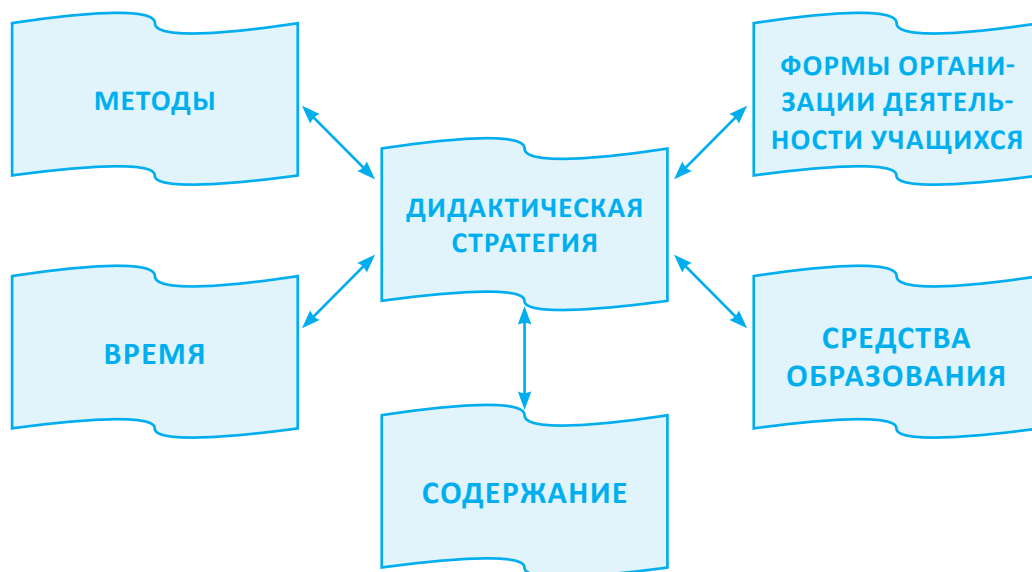
<b>восприятие</b>	принимать выбирать	описывать идентифицировать	локализовать опознавать	
<b>реакция</b>	примыкать одобрять	дополнять подчиняться	выражать мнения давать ответы	участвовать в дискуссиях, соотносить
<b>освоение</b>	принимать аргументировать искать дополнять посвящать	показывать описывать оспаривать различать	объяснять подкреплять обосновывать предлагать	отказываться избирать поддерживать следовать
<b>организация</b>	абстрагировать расставлять/ упорядочивать гармонизировать сочетать	включать изменять организовывать разбивать на части управлять	сравнивать подготавливать прикидывать ссылаться	оценивать резюмировать обобщать синтезировать идентифицировать
<b>характеристика</b>	действовать ценностно оценивать брать на себя задания сотрудничать	обслуживать управлять ограничивать прикидывать	оценивать изменять практиковать пересматривать	менять разрешать/решать использовать проверять

- **Дидактические стратегии** – перечисляются в соответствии с дидактическим сценарием урока.
  - **Формы организации класса:** фронтальная, индивидуальная, групповая; приветствуется «гибкая и мобильная группировка учащихся с переходом от деятельности с большими группами – к небольшим однородным группам, а затем к индивидуальной деятельности»;
  - **Дидактические методы, приемы:** приветствуется гармоничное сочетание современных интерактивных методов.
- **Стратегии оценивания:**
  - типы оценивания в контексте КОД (НО, ФО, СО);
  - инструмент оценивания и оцениваемый (ые) продукт (ы) (в случае инструментального оценивания), сопровождаемый (ые) критериями успеха;
  - приемы самооценивания/взаимного оценивания.

### 3. Методологические и процессуальные основы Куррикулума по дисциплине Физическое воспитание в V-IX классах

#### 3.1. Логика и принципы разработки дидактических стратегий на основе Куррикулума по дисциплине Физическое воспитание

К стратегии обучения можно подходить с нескольких точек зрения. Рассматриваемая в контексте интеграции определённых методов, приёмов и средств обучения, дидактическая стратегия выступает как основополагающий фактор повышения уровня процесса обучения – учения – оценки, которая обладает целостным наполнением структурно-функциональных компонентов (рис. 3):



**Рисунок 3.** Концептуальная карта дидактических стратегий.

Обобщая, делаем вывод о том, что дидактическая стратегия предполагает выбор, сочетание и разумное упорядочение методов, средств, содержания и т. д. в зависимости от способа рассмотрения и решения учебной задачи. Таким образом, с точки зрения интеграции, дидактическая стратегия определяется как «*группа из двух или более методов и приёмов, интегрированных в операционную структуру, вовлеченных на уровне деятельности обучение – учение – оценка для реализации общих педагогических задач*».

Разработка дидактических стратегий включает два типа действий:

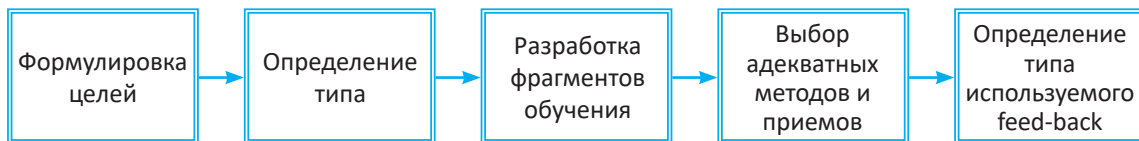
- а) теоретическое действие, которое сводится к объединению нескольких методов и методологических приёмов для обеспечения эффективности учебно-познавательной деятельности;
- б) практическое действие, которое предполагает использование ресурсов, в том числе педагогического стиля учителя (либерального, демократического или авторитарного), обеспечивающего оптимизацию создаваемой структуры.

Дидактические стратегии играют существенную роль, будучи полностью осуществимы во всех трех фазах разработки и осуществления дидактической деятельности, а именно:

1. Фаза разработки – учитель решает, какую стратегию он/она будет использовать: основываясь на обучении посредством сотрудничества или соревнования, исследования – открытия или путём активного получения информации и т. д.
2. Фаза развертывания деятельности – время, отведенное для материализации/конкретизации дидактической стратегии, выбранной гибким способом и посредством непрерывных адаптаций.
3. Этап (само) оценивания – имеется в виду оценка результатов и качества применяемых стратегий обучения.

Чтобы обеспечить адекватный учебный процесс, учитель должен больше заботиться о том, как ему/ей удастся сформировать у учеников мотивацию учиться, и меньше о том, что он/она будет преподавать ученикам. Таким образом, можно утверждать, что стратегии обучения являются «ключом к успеху учебно-воспитательной деятельности и ее центральным элементом».

Разработка дидактической стратегии предполагает прохождение нескольких этапов (рис. 4):



**Рисунок 4.** Этапы проектирования дидактических стратегий.

Дидактическая стратегия отличается от дидактического метода временем, отведенным для разработки и проведения учебных мероприятий. Если дидактический метод представляет собой действие, которое обеспечивает эффективность обучения путем получения немедленных результатов, то дидактическая стратегия представляет собой модель действия, применяемая в долгосрочной, среднесрочной и краткосрочной перспективе. Обычно дидактическая стратегия вбирает название основного метода.



Выбор методов в рамках стратегии определяется достаточной надежностью. Следуя цели оптимизации процесса обучения – изучения – оценки, можно выделить следующие критерии, необходимые для методов получения статуса дидактической стратегии:

- активное общение;
- эвристическое знание изучаемых явлений;
- творчество учителя.

*Методы могут быть объединены и соотнесены в дидактическую стратегию в зависимости от:*

1. Способа подачи знаний.
2. Способа управления обучением, который может быть основан на решении задач или решении ситуаций – проблем.
3. Способа дифференцированной активизации обучения, который можно организовать фронтально, в группах или индивидуально.

### **3.2. Дидактические стратегии преподавания – учения, характерные дисциплине *Физическое воспитание***

Существуют различные классификации стратегий обучения, основанные на разных критериях. Согласно критерию приоритета оперативной задачи, стратегии обучения можно разделить на следующие классы:

1. Стратегии обучения, которые в качестве приоритетной задачи направлены на овладение предметом с точки зрения знаний и навыков (эвристическая стратегия беседы, стратегия проблемных лекций, демонстрационная стратегия, стратегия исследования, стратегия алгоритмизации и т. д.);
2. Стратегии, приоритетной задачей которых является функциональный перенос полученных знаний и навыков (стратегия проблематизации, стратегия моделирования и т. д.);
3. Стратегии, приоритетной задачей которых является проявление/выражение личности ученика (стратегия игры, стратегия лабораторной работы, стратегия «мозгового штурма», стратегия проблемных дебатов и т. д.).

Деятельность является средством формирования компетенций. Следует отметить, что для достижения этой цели необходимо применять несколько методов. Школьная практика свидетельствует о том, что ни один метод не может использоваться в качестве рецепта и изолированно, а как набор приемов, действий и операций, которые, в зависимости от ряда факторов, структурированы в группу видов деятельности.

Система методов преподавания и обучения, характерная для процесса физического воспитания, включает в себя как традиционные методы (объяснение,

указание, наблюдение, демонстрация, упражнение и т. д.), так и современные методы с более высокой интерактивностью. Методы в физическом воспитании и спорте как система представлены в следующем виде:

- собственно методы обучения;
- методы воспитания;
- методы исправления ошибок исполнения;
- методы проверки, оценивания и оценки;
- методы восстановления работоспособности.

Адаптация структуры урока с оперативными действиями приводит к некоторым пересмотрам в отношении типологии урока. Тип урока можно рассматривать как «модель», задача которой состоит в том, чтобы свести серию похожих уроков к более простой, но фундаментальной структуре, характерной для всей категории. Нет типового урока, типового урока с типичной структурой.

Структуры предназначены для указания, определения только существенных и необходимых событий, которые могут быть выполнены. Большое разнообразие учебных ситуаций и большое разнообразие возможных структур делают необходимым их объединение в типологию, представляющую ценность рабочего инструмента. Использование типологии придает каждому уроку индивидуальность, определяемую его местом в системе урока, частью которой она является. Надо отметить относительную простоту и адаптируемость операционной типологии. Эволюция типологии сопровождается эволюцией конкретных задач учебного процесса и методов обучения.

Типы уроков классифицируются в соответствии с основными дидактическими задачами. В школьной физической культуре принято выделять несколько типов уроков как основные, фундаментальные, на основе которых могут быть генерированы другие типы.

**1. Вводные уроки** – организуются в начале учебного года для информирования учащихся с целью занятий на год обучения/модулями; цели обучения; правила безопасности и гигиенические требования. Номинальная таблица охраны труда составляется в 2-3 экземплярах.

*Пример стратегии обучения:*

- формы организации: фронтальная, групповая, индивидуальная;
- методы и приемы: рассказ, беседа, объяснение, демонстрация, указание;
- дидактические средства: учебные карточки, видеоизображения, ИКТ, протокол.

Модель: Номинальная таблица охраны труда

№ номин. таблицы	Фамилия, имя ученика	Подпись ученика				
		2019-2020	2020-2021	2021-2022	2022-2023	2023-2024

**2. Урок ознакомления** – рекомендуется применение интерактивных методов и средств ИКТ, проектирование практических средств по начальному формированию двигательных навыков.

*Пример стратегии обучения:*

- формы организации: фронтальная, индивидуальная, в парах;
- методы и приемы: объяснение, демонстрация, указание, метод отдельного обучения, отработка;
- дидактические средства: учебные карточки, видеоизображения, ИКТ, спортивный инвентарь и оборудование.

**3. Урок формирования двигательных навыков и умений** – проектируются средства обучения и формирования двигательных навыков.

*Пример стратегии обучения:*

- формы организации: фронтальная, индивидуальная, в парах, в группах;
- методы и приемы: объяснение, демонстрация, анализ, алгоритмирование, метод отдельного освоения, метод целостного освоения, отработка;
- дидактические средства: учебные карточки, видеоизображения, ИКТ, спортивное вспомогательное оборудование.

**4. Уроки применения знаний, умений и двигательных навыков** – с применением комплексных и комбинированных методов в состязательной форме характерной уровню модуля.

*Пример стратегии обучения:*

- формы организации: фронтальная, групповая;
- методы и приемы: объяснение, демонстрация, указание, круговая тренировка, игровой метод, соревновательный метод, отработка;
- дидактические средства: учебные карточки, видеоизображения, ИКТ, спортивный инвентарь, спортивное и вспомогательное оборудование.

**5. Восстановительные уроки** – направленные на восстановление работоспособности.

*Пример стратегии обучения:*

- формы организации: фронтальная, индивидуальная, групповая;
- методы и приемы: рассказ, объяснение, комментарий, демонстрация, указание, игровой метод, медитация, отработка, автомассаж;
- дидактические средства: учебные карточки, видеоизображения, ИКТ, спортивное и вспомогательное оборудование.

**6. Комплексные или смешанные уроки** – уроки, на которых проектируются, в основном, тематика или операционные задачи различного уровня.

*Пример стратегии обучения:*

- формы организации: фронтальная, индивидуальная, групповая, в парах;
- методы и приемы: объяснение, комментарий, демонстрация, указание, анализ, синтез, метод целостного обучения, игровой метод, соревновательный метод;
- дидактические средства: учебные карточки, видеоизображения, спортивный инвентарь, спортивное и вспомогательное оборудование.

**7. Уроки оценивания.**

*Пример стратегии обучения:*

- формы организации: фронтальная, индивидуальная, групповая;
- методы и приемы: объяснение, игровой метод, соревновательный метод;
- дидактические средства: оборудование, технический и спортивный инвентарь, судейские карточки.

**8. Уроки накопления новых знаний** – проектирование дидактического подхода к уроку может быть осуществлено на основе этапов базового урока Воплощение – Реализация смысла – Рефлексия – Расширение (ВРРР).

*Пример стратегии обучения:*

- Формы организации: фронтальная, парами, групповая.
- Методы и приемы: рассказ, объяснение, мозговой штурм, тематическое исследование, проблемный метод, демонстрация слайдов, комментарии, анализ, обобщение;
- Дидактические средства: учебные карточки, видеоизображения, ИКТ, учебное программное обеспечение, интерактивная доска, плакат.

*Структура уроков в соответствии с ВРРР построена следующим образом:*

- *Воплощение.* На этом этапе создается контекст, в котором учащийся вспоминает то, что он знает о конкретном предмете, начинает думать о предмете, который он скоро изучит подробно. Воплощение, по своей сути, дает возможность определить предварительные условия и строить в последующем на их основе процесс обучения, посылки и впоследствии основываться на их обучении.
- *Реализация смысла.* На этом этапе ученик вступает в контакт с новой информацией или идеями. Это этап, на котором учитель оказывает минимальное влияние на ученика, сохраняя при этом его активное участие в процессе обучения. Основная задача реализации смысла состоит прежде всего, в том, чтобы поддерживать вовлеченность и интерес учащегося, установленные на этапе вызова. Этап реализации смысла имеет существенное значение в учебном процессе, так как здесь ученики охватывают новые области знаний – важнейший аспект в процессе формирования компетенций.

- *Рефлексия.* На этом этапе ученики закрепляют свои новые знания и активно перестраивают свою первоначальную когнитивную схему с тем, чтобы включить в нее новые идеи. Рефлексия, как важный шаг в процессе формирования компетенций, преследует некоторые важные вещи: создание условий для того, чтобы ученики выражали своими словами идеи и информацию, ассимилированную/усвоенную; построение ценного обмена идеями между учениками.
- *Расширение.* Взаимосвязь между теорией и практикой становится очевидной. Учениками осуществляется перенос знаний. Чтобы достичь этого, они применяют знания, полученные на уроках в имитируемых ситуациях интеграции. Например: «Представьте себе, что вы определяете свой уровень выносливости ...» и т. д. Другая задача – привлечь учеников к решению задач в аутентичных условиях интеграции.

Повышение качества учебно-воспитательного процесса в рамках дисциплины *Физическое воспитание* предполагает совершенствование традиционных методов, а также и внедрение некоторых современных образовательных методов и приемов. Проектирование дидактического подхода, отличного от традиционного, дает возможность каждому учителю использовать свой собственный опыт, применяя современные методы в междисциплинарном подходе. Формирование компетенций посредством интерактивных методов обучения – учения – оценки представляет собой вопрос особой значимости для постмодернистской педагогики, в том числе для области физического воспитания, где крайне важно организовать учебный процесс на всех уровнях образования в интерактивном режиме.

***Преимущества интерактивных методов, используемых на уроке физического воспитания:***

- развивает критическое мышление;
- повышает эффективность занятий, стимулирует интерес и любознательность учащихся к глубокому познанию реальности;
- воспитывает дух исследования, что приводит к более высокой мотивации к обучению;
- призывает к личной эффективной деятельности;
- апеллирует к способности ученика мыслить и действовать, развивать свое воображение и творчество.

Современными методами обучения – преподавания – учения на уроке физкультуры могут быть: открытия и проблематизации, алгоритмизации; моделирования, дифференцированные трактовки, сотрудничество, прямые и обратные связи и т. д.

*Методы группового интерактивного обучения:* метод преподавания/взаимного обучения, метод обучения в малых группах, соревновательный метод, метод смены пары, куб и др.

*Методы фиксации/систематизации знаний и проверки:* когнитивная карта или концептуальная карта, генеалогическое древо, пространственное внедрение, причины и следствия, паутина, Т-график, два цвета и т. д.

*Методы решения проблем стимулированием творчества:* звездный взрыв, групповое интервью, тематическое исследование и т. д.

*Методы группового исследования:* тема или проект группового исследования, групповой эксперимент, групповое портфолио и т. д.

**Помните!** Очень важно, чтобы при выборе метода были реализованы оба аспекта образовательного процесса – обучение и воспитание.

Учебная деятельность, рекомендованная в kurikulumе дисциплины *Физическое воспитание*, структурирована в специфические виды деятельности, предпринимательскую деятельность, в которой выделены формирование социальных, предпринимательских и ИКТ познавательных/прикладных компетенций.

### **РЕКОМЕНДОВАННЫЕ ВИДЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*(Пример: Модуль Баскетбол, уровень А1, тема: Дриблинг на месте):*

Деятельность 1	Методы	Действия ученика
<b>Наблюдение, демонстрация и объяснение положения и движений сегментов тела, ключевых факторов, при выполнении дриблинга с видео/цифровой поддержкой</b>	Обучение с использованием ИКТ Метод открытий	Определяет положение и движения сегментов тела при выполнении дриблинга Определяет ключевые факторы выполнения приёма Определяет формы дриблинга: высокий, средний, низкий
	Организованная дискуссия	<i>Определяет ошибки выполнения:</i> - мяч ударил и не толкнул - пониженное поле зрения из-за слишком согнутого туловища - баланс тела вертикальный во время дриблинга - взгляд игрока во время дриблинга сфокусирован на мяче
	Организованная дискуссия	<i>Объясняет использование дриблинга во время игры</i> - дриблинг на месте, чтобы начать действие - дриблинг для защиты мяча - дриблинг для движения вперед, назад, в сторону - дриблинг с изменением направления, чтобы запутать противника
	Метод алгоритмизации и упражнения	<i>Отрабатывает:</i> Дриблинг на месте, одной рукой или другой, на различной высоте: высокий, средний, низкий Дриблинг шагами ходьбы и легкого бега

Деятельность 2	Методы	Действия ученика
Выполняет и демонстрирует технику дриблинга в игре в баскетбол с разных позиций в сочетании с разными движениями тела.	Brainstorming	Объясняет правильную технику дриблинга Приводит примеры частых ошибок дриблинга Приводит примеры форм тактического применения дриблинга
	Моделирование	Предлагает и выполняет дриблинг с разных позиций Предлагает и выполняет дриблинг в различных типах передвижений
	Деятельность посредством рабочих/игровых задач	<i>Отрабатывает:</i> Дриблинг с чередованием смены рук, с поворотами на 90° и 180° влево и вправо; Дриблинг с обходом препятствий, щелкая дриблингом, пируэтами; Дриблинг змейкой среди других в беге

Деятельность 3	Методы	Действия ученика
Отработка дриблинга посредством упражнений, эстафет, подвижных игр, подготовительных и условных (с заданиями), характерных для баскетбольной игры	Описание Brainstorming моделирования	Интерпретирует правило дриблинга в баскетбольном матче Выполняет обзор техники дриблинга Предлагает игры с элементами дриблинга Участствует в игре «Салки с дриблингом», индивидуально, парами и т. д. Практикует дриблинг на шестах: в очереди, зигзагообразно, обходя препятствия, преодолевая препятствия
	Ролевая игра	Практикуется в роли лидера игры, организатора игры, судьи
	Игровые действия	Участствует в игре «Салки с дриблингом», индивидуально, парами и т. д. Отрабатывает дриблинг в эстафетах: по линии, по зигзагу, с обхождением препятствий, с преодолением препятствий

Деятельность 4	Методы	Действия ученика
Развитие специфических двигательных качеств (скорость, координационные способности) посредством дриблинга в баскетбольном матче	Brainstorming	Уточняет двигательные качества игры в баскетбол Приводит примеры качеств, характерных для технического приема Предлагает упражнения для развития двигательных качеств посредством дриблинга
	Индивидуальные действия, в парах и в группе	<i>Выполняет:</i> Прикладная полоса: дриблинг с обходом препятствий, дриблинг змейкой, пируэты Старт дриблингом по слуховому или зрительному сигналу, с изменением направления Челночный дриблинг

Деятельность 5	Методы	Действия ученика
<b>Воркшоп: обмен передовым опытом для определения мест и игр, которые можно практиковать вместе с друзьями/семьёй</b>	Групповые задачи	<p>Определяет занятия спортом, которые можно практиковать вместе с семьёй/друзьями</p> <p>Продвигает здоровый образ жизни практикой игр</p> <p>Создает условия для занятий играми</p> <p>Оценивает отзывы коллег</p>

**Обучение, основывающееся на рабочих заданиях, предусматривает следующие этапы:**

1. Моделирование реальности в классе (ролевые игры; игры для принятия решений и т. д.);
2. Изучение некоторых действий в ситуациях, характерных для реальной жизни (интервьюирование специалиста; тематические исследования и т. д.);
3. Результат деятельности (презентация; плакат; флайер; постер; информационный бюллетень; выставка; портфолио и т. д.).

Деятельность	Методы	Действия ученика
<b>Проект: улучшение состояния здоровья посредством регулярного участия в двигательной деятельности (в графической/цифровой форме)</b>	Рекламный постер	<p>Разрабатывает рекламный плакат с учетом размера, привлекательности, наглядности, мотивации, хорошо структурированного и написанного содержания, краткости, описательных терминов, заключения</p> <p>Представляет постер в формате PowerPoint, изображение, эскиз и т. д.</p> <p>Сотрудничает с коллегами</p>

**Проектное обучение** предусматривает соблюдение следующих этапов:

1. Презентация/Выбор темы;
2. Организация проектной деятельности: составление команд, распределение ролей/задач;
3. Изучение и сбор информации;
4. Практическая реализация;
5. Возможность/реализация/внедрение
6. Презентация, самооценивание.



**Формы занятий двигательной деятельностью в рамках школьного физического воспитания:**

В режиме учебного дня:	Внеклассные	
	Соревновательные	Не соревновательные
Утренняя гимнастика; Физкультурная минутка; Организованная рекреация; Динамическая пауза; Час здоровья	Конкурсы; Школьные чемпионаты; Традиционные кубки.	Группы физической подготовки; Спортивные секции; Спортивные праздники; Прогулки и экскурсии; Спортивно-рекреативные мероприятия.

### 3.3. Стратегии и инструментарий оценивания учебных результатов

Наряду с преподаванием и обучением оценка является важным компонентом образовательного процесса и предоставляет информацию об их качестве и ответственности. В современном подходе к оценке как приоритета ее рекомендуется рассматривать наравне с учебной деятельностью.

*Критериальное оценивание через дескрипторы* представляет собой систему постоянной и дифференцированной эффективности преподавания, обучения и оценки путем введения критериев и дескрипторов без выставления оценок.

Критериальное оценивание через дескрипторы должно восприниматься как оценка, как ценностное суждение о том, что ученик изучил и как он/она выучил на основе точных критериев, хорошо установленных ранее и связанных с отдельными дескрипторами индивидуальной успеваемости.

КОД – это список описательных комментариев эффективности, основанный на анализе, обобщении, предложениях, поощрении и обратной связи (*feed-back*).

Для обеспечения преемственности на уровне базовых концепций КОД предполагается использование следующей специфической терминологии: *школьный продукт, критерии оценки/критерии успеха, дескрипторы успеваемости*

**Школьный продукт** – это учебный результат, спроектированный для того, чтобы быть достигнутым учащимся и измеренным, оцененным учителем, самим учеником, его коллегами и, возможно, родителями.

**Школьные продукты:**

- школьные продукты представляют результаты учебной деятельности, которые отражают области компетенции, связанные с дисциплиной *Физическое воспитание*;
- школьные продукты отбираются для оценочных тестов по выбору учителя. (см. список рекомендуемых продуктов и критерии успеха);
- формы оценки могут быть индивидуальными и групповыми.

**Как использует школьные продукты преподавательский состав?:**

- изучают «Прогностическая/Синоптическая таблица. Продукты и критерии успеваемости»;
- учитель выбирает из таблицы продукт (ы), сопровождаемые критериями успеваемости для оценки;
- прилагает список рекомендуемых продуктов и критерии успеваемости в долгосрочном проекте;
- критерии успеваемости сообщаются на доступном языке и объясняются ученикам перед реализацией продукта;
- школьные продукты оцениваются на основе критериев успеваемости;
- на уроках учитель оценивает школьные продукты в контексте инструментов оценивания.

**Критерии оценивания** описывают системные наборы важных качеств, заключающихся в продуктах обучения.

**Дескрипторы** – это качественные критерии оценивания, которые описывают уровень сформированности компетенций ученика и позволяют определить степень их проявления (минимальную, среднюю, максимальную). В зависимости от достигнутого уровня дескрипторы позволяют выставлять оценку (удовлетворительно, хорошо, очень хорошо). Для проектирования процесса оценивания и разработки инструментов оценки учитель должен выбрать соответствующий продукт (ы) из списка, рекомендованного Куррикулумом. Допускается и предложение дополнительного продукта по выбору, в соответствии с единицами компетенции (ий), подлежащих оцениванию в соответствии с содержанием обучения и оценке.

Стратегии оценивания разработаны таким образом, чтобы стимулировать выполнение учениками интеллектуальных, практических действий и помогать их развитию и моделированию на когнитивном, духовном, психомоторном и аффективно-мотивационном уровнях.

**Стратегии оценки могут быть:**

- *инструментальные* – реализуются в специально созданных условиях, которые включают разработку и применение инструментов оценивания, построенных на основе продуктов (тестирование, сопровождаемое матрицей спецификаций и шкалой коррекции/проверки/оценки; устный, письменный, практический или комбинированный тест и т. д.);
- *неинструментальные* – реализуются в обычных обстоятельствах на основе наблюдения за деятельностью учащихся и немедленной обратной связи, без использования инструментов оценивания, и предназначены для повышения осведомленности партнеров, участвующих в процессе (учителя и учеников), в проявлениях успешного поведения учащихся в плане предотвращения затруднений и повышения эффективности учебного процесса.

В учебном процессе дисциплины *Физическое воспитание* преподавателем применяются:

1. *Первичное оценивание*, которое предоставляет информацию о ситуации в начале преподавания – учения.
2. *Формативное оценивание*, которое поддерживает процесс формирования компетенций посредством использования конструктивной, позитивной и прогностической обратной связи (feed-back).
3. Суммативное оценивание, которое отмечает достигнутый уровень.

***Приоритет самооценивания:***

- самооценивание является приоритетом относительно оценивания со стороны учителя или коллег;
- перед оцениванием учителем и коллегами ученик стимулируется к самооценке;
- командное сотрудничество и самостоятельность в обучении и оценивании приветствуются;
- учитель формирует задания по самооцениванию и позволяет ученикам оценивать продукты своей работы в соответствии с критериями оценки;
- педагог обеспечивает и поддерживает процесс самооценивания личности ученика, развитие его уникальной индивидуальности;
- учитывает возрастные особенности учеников, их темперамент, характер и включается непосредственно в оценочную деятельность.

***Оценка коллегами и/или преподавательским составом школьных продуктов:***

- учитель выбирает рекомендуемый продукт (ы), сопровождаемый критериями успеваемости;
- критерии успеваемости сообщаются на доступном языке и разъясняются ученикам перед началом реализации продукта или практического теста;
- критерии успеваемости также действительны для оценивания процесса (на каждом уроке);
- На уроках учитель оценивает школьные продукты в контексте инструментов оценивания.

**Соотношение между продуктами, критериями оценки и квалификацией  
(модуль Баскетбол, V класс)**

Единицы компетенции	№ прод	Рекомендуемые продукты	Критерии оценивания	Типы оценивания	Дескрипторы успеваемости Учащийся выполняет школьный продукт:
Уровень А1 1.4. Координация интеллектуальных, психомоторных и поведенческих навыков в процессе применения средств баскетбола.	П1	Передача мяча двумя руками от груди	С1. Соблюдает исходную позицию С2. Соблюдает последовательность выполнения моторных актов 3. Технически правильно выполняет элемент 4. Проявляет способность пространственной ориентации С5. Соблюдает правила выполнения.	Первичное/формативное	<b>Очень хорошо:</b> правильно, полностью, связано, без колебаний. <b>Хорошо:</b> с небольшими ошибками, с небольшими недостатками, с небольшими колебаниями. <b>Удовлетворительно:</b> с ошибками, не полностью, с существенной поддержкой, не определено.

**Инструменты мониторинга успеваемости:**

- к ним можно отнести: журналы записи успеваемости; карточки наблюдения; оценочные листы; оценочные шкалы; графики мониторинга успеваемости; диаграммы мониторинга успеваемости; ежедневники; комплексы вопросов; интервью; анкета; руководство беседой/план дебатов; протокол наблюдения; списки/контрольный инвентарь/отчетность; портфолио; тематическое исследование; сетка наблюдения/оценивания; контрольный/проверочный список; уровень/шкала классификации индивидуальной успеваемости ученика.
- в контексте представленной Методологии выделяются два типа инструментов:
- инструменты учителя;
- инструменты мониторинга учащихся;
- МКОД акцентирует принцип гибкости при выборе инструментов мониторинга успеваемости;
- рекомендуется личностный подход к инструментам мониторинга в соответствии со стилем преподавания, темпераментом, способами работы с различными устройствами, а также с соблюдением собственного ритма деятельности.

### **Школьный журнал:**

- учителя обязаны регистрировать показатели качества по семестрам в 3 предварительных и итоговых оценках (на левой странице), кроме примечаний о посещаемости/отсутствия на уроке, в журнале класса и в дневниках учащихся;
- для регистрации показателей качества используются следующие сокращения/аббревиатуры, написанные **ПЕЧАТНЫМИ БОЛЬШИМИ БУКВАМИ**:
- **ОХ** – Очень Хорошо;
- **Х** – Хорошо;
- **У** – Удовлетворительно.

### **Проектирование оценивания (Администрирование дисциплины):**

№ Крит.	Модули	Количество часов	Оценивание		
			ПО	ФО	СО
<b>I семестр</b>					
1	Легкая атлетика	12	1	1	
2	Бадминтон	8	1	1	
3	Волейбол	10	1	1	
		1			
<b>Всего за I семестр</b>		31	3	3	<b>1</b>
<b>II семестр</b>					
4	Гимнастика	12	1	1	
5	Баскетбол	14	1	1	
6	Пеший туризм	10	1	1	
		1			
<b>Всего за II семестр</b>		37	3	3	<b>1</b>
<b>Итого за год</b>		68	6	6	<b>2</b>

### **Методы и техники оценки**

Методы, используемые в оценочной деятельности, разнообразны, в последнее время проводится различие между традиционными методами, называемыми так потому, что были проверены временем, а также чаще всего используются, и дополнительные/комплементарные методы, которые применяются в школьной практике, особенно в последние годы.

**Методология оценивания включает:**

<b>Категория методов оценивания</b>	<b>Типы</b>
<b>Традиционные методы оценивания</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Устное оценивание</li><li>- Письменное оценивание</li><li>- Практическое оценивание (на основе оцениваемых продуктов, характерных для модуля)</li></ul>
<b>Комплементарные методы оценивания</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Самооценивание</li><li>- Взаимооценивание</li><li>- Систематическое наблюдение</li><li>- Реферат/мини- эссе</li><li>- Исследование</li><li>- Проект</li><li>- Портфолио</li><li>- Оценивание посредством ИКТ</li><li>- Дневник двигательной деятельности школьника</li><li>- и т. д.</li></ul>

**Самооценивание** – это метод, посредством которого решается задача построения учеником представлений о себе таким образом, чтобы по большей части они не сводились к оценочным суждениям, вынесенным учителем.

Она используется для того, чтобы помочь ученикам узнать соразмерность их собственной личности и поведенческих проявлений в результате многочисленных включений мотивационного и отношенческого уровня. Это помогает учащемуся узнавать о прогрессе и приобретениях, соотнести их успеваемость с требованиями и задачами обучения, разработать собственный стиль деятельности. Чтобы выполнять свою роль, ученик должен иметь ряд ориентиров/критериев, на основе которых он/она приступит к самооценке различных аспектов своего становления.

**Оценочная карточка** представляет собой форму размера листа бумаги формата А4 или А5 (в зависимости от количества и сложности запланированных заданий), на котором сформулированы различные упражнения и задачи, которые должны быть решены учениками во время урока, обычно после преподнесения учителем содержания обучения и изучения учениками одного из фрагментов в классе.

В этих условиях оценочный лист используется, в частности, для получения обратной связи с учителем, на основании которой он может сделать уточнения и дополнения, новые примеры и т. д. в отношении преподаваемого содержания.

**Систематическое наблюдение** (понимаемое здесь как метод познания учащегося в различных аспектах) также может быть использовано в качестве метода оценивания при условии, что оно отвечает тем же психолого-педагогическим требованиям, что и в случае исследования (исследований) по определенной теме: иметь четкие цели (пример: стимулирование интереса учащихся к определенной

дисциплине; улучшение школьных результатов; повышение прикладного характера преподавания и учения); наблюдение должно проводиться систематически, в течение длительного периода (семестр или учебный год); результаты наблюдений должны оперативно регистрироваться в специальной папке или в карточке.

Объектами наблюдения являются: активность учащихся, их поведение, продукты деятельности, реализуемые в соответствии с требованиями школьных программ или их комбинации.

**Анкета/Проверочный тест**, широко используемый в социологических опросах, а также в качестве психолого-педагогического метода исследования может использоваться в качестве инструмента оценивания, особенно когда учитель хочет получить информацию о том, как ученики воспринимают материал, учитывая его стиль преподавания.

Когда возникает необходимость получить оперативную информацию о том, как ученик справляется с некоторыми существенными проблемами по уроку, по теме или главе, **учитель может использовать анкету.**

**Реферат** (используемый в качестве основы для обсуждения по определенной теме и предназначенный для содействия формированию или развитию навыков самостоятельной работы учащихся старших классов), также является возможным видом оценивания степени, в которой учащиеся освоили определенный сегмент программы, например, тему или более сложную задачу из темы. Когда реферат составляется после изучения определенных источников информации, он должен включать как мнения авторов, изученных по анализируемой проблеме, так и собственное мнение.

**Эссе**, взятое из литературы (где оно используется для максимально свободного и захватывающего выражения определенных мнений, чувств и взглядов, касающихся различных аспектов жизни людей, в небольшом объеме), также может использоваться в качестве метода оценивания.

Проблематика эссе в образовании очень разнообразна и может быть решена как литературными, так и научными средствами в объеме, который, как правило, не превышает двух-трех страниц.

Суть эссе как метода оценивания состоит в том, чтобы дать ученику возможность свободного самовыражения, формулировать свое мнение по определенному предмету, не поддающемуся определенным доступным схемам.

**Исследование** (в смысле исследования, открытия) обычно используется в качестве метода обучения, чтобы научить учеников мыслить и действовать независимо как индивидуально, так и в команде.

В начале семестра учитель составляет список тем, которые студенты будут изучать посредством исследования, сроки исследования, способа работы, формы представления и оценивания результатов. Исследование может проводиться индивидуально или коллективно.

Желательно, чтобы результаты анализировались с классом учащихся, чтобы учитель мог сформулировать замечания, оценки и выводы. На основе анализа деятельности учеников и результатов, полученных ими в рамках исследования, учитель может выставлять отметки, оценивая таким образом оценочную функцию исследования.

**Проект** также играет роль в изучении более сложных тем, которые претендуют для полидисциплинарного, междисциплинарного и трансдисциплинарного подходов или в качестве метода суммативной оценки (во время обучения). С его помощью ученики могут показать, что у них есть способности исследовать определенный предмет с помощью различных методов и инструментов, используя знания из разных областей.

Как и в случае исследования, учитель устанавливает список тем проекта, сроки выполнения и инициирует учеников на этапы и технику работы (индивидуально или коллективно). Ученики должны ориентироваться и руководствоваться и (возможно) поддерживаться учителем при сборе необходимых данных (в соответствии с выбранной или распределенной темой), а в ходе реализации проекта пользоваться консультациями и частичными оценками.

**Портфолио** представляет собой комплексный/полный инструмент оценивания, который включает в себя соответствующие результаты, полученные учеником. В то же время этот метод не является обязательным. В портфолио записываются результаты оцениваемых продуктов, участия в спортивных соревнованиях, а также конкретные задания по физическому воспитанию. Портфолио выступает и как средство оценки труда ученика, и как фактор его личностного развития.

**Оценка посредством ИКТ** (информационные и коммуникационные технологии). Используемый при оценке компьютер предлагает как для учителей, так и для учеников множество различных способов.

В отличие от традиционных методов оценки, компьютерная оценка избавляет от какого-либо субъективизма, а также от эмоций, которые сопровождают большинство учащихся на текущих проверках.

Таким образом, сами отношения между учителем и учеником меняются, повышая уверенность учеников в объективности учителей.

Кроме того, сами ученики могут оценивать себя во время самостоятельной работы, которую они представляют ежедневно, извлекая пользу из столь необходимой обратной связи для эффективного и результативного обучения.

Этот процесс позволяет учиться на основе опыта, который в сочетании с использованием печатных материалов предоставляет ученику возможность интерактивного способа получения и усвоения новых знаний, а также проверки, является ли то, что он выучил, правильным или нет.



**Рекомендации по составлению дневника двигательной деятельности ученика:**

- разрабатывается учеником, форма индивидуальна;
- может быть разработан как графически, так и в цифровой форме;
- включает в себя регистрацию двигательной активности в течение определенного периода времени;
- дневник не должен восприниматься как домашняя тема, он отражает только двигательную активность, выполняемую учеником в течение дня/недель/месяцев и т. д.
- может представлять/иллюстрировать двигательную активность, практикуемую самостоятельно, с коллегами/друзьями, семьей;
- учащийся может также представить содержание, средства, практикуемые в рамках тренировок, отраженных в соответствующих модулях;
- выделяются отдельные выступления на соревнованиях спортивного характера;
- раскрываются преимущества занятий самостоятельной деятельности в мотивационном аспекте/влияние применяемых средств на системы опорно-двигательного аппарата;
- предлагается маршрут для повышения уровня индивидуальных двигательных характеристик.

**Сводная таблица. Продукты и критерии оценивания,**  
Физическое воспитание, V-IX классы

Критерии успеха для лиц, освобожденных от физической нагрузки	Критерии успеха	Рекомендуемые продукты
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соблюдаю указания учителя</li> <li>2. Знаю и объясняю технику</li> <li>3. Выполняю в рамках возможностей</li> <li>4. Соблюдаю правила соревнований</li> <li>5. Ценю достижения коллег</li> <li>6. Соблюдаю правила защиты и безопасности</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соблюдаю стартовые положения</li> <li>2. Выполняю команды</li> <li>3. Соблюдаю технику бега</li> <li>4. Прилагаю усилия для получения результата</li> <li>5. Финиширую с хорошим результатом, и скоростью</li> </ol>	<p>П 1. Бег: на скорость, эстафетный бег, на выносливость/кросс и т. д.</p> <p>П 2. Прыжок: в длину с места, в длину с разбега, в высоту с разбега и т. д.</p>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соблюдаю технику разбега и толчка</li> <li>2. Выполняю фазу полета и приземления правильно.</li> <li>3. Соблюдаю угол перемещения тела в фазе полета</li> <li>4. Стремлюсь к результату</li> <li>5. Соблюдаю правила безопасности</li> </ol>	<p>П 3. Метание малого мяча: в цель, на дальность и т. д.</p>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соблюдаю хват и исходное положение</li> <li>2. Выполняю правильно разбег</li> <li>3. Соблюдаю технику выполнения броска</li> <li>4. Соблюдаю правила соревнований</li> <li>5. Стремлюсь к результату</li> <li>6. Соблюдаю правила безопасности.</li> </ol>	<p>П 4. Элемент: акробатический, на гимнастическом снаряде, в парах/группах (акроспорт), опорный прыжок и т. д.</p>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понимаю элемент</li> <li>2. Соблюдаю положения тела</li> <li>3. Соблюдаю и объясняю технику выполнения</li> <li>4. Выполняю элемент</li> <li>5. Сохраняю равновесие</li> <li>6. Проявляю смелость</li> <li>7. Следую правилам безопасности</li> <li>8. Выполняю синхронно элемент</li> </ol>	

*Продукты, связанные с выполнением*

	<p>П 5. Комбинация: акробатическая, на гимнастическом снаряде, в парах и т. д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понимаю комбинацию</li> <li>2. Обладаю ясной идеей о последовательности элементов</li> <li>3. Объясняю технику</li> <li>4. Правильно выполняю технику</li> <li>5. Соблюдаю исходные и конечные положения</li> <li>6. Сохраняю равновесие</li> <li>7. Соблюдаю правила безопасности</li> <li>8. Воспроизвожу в группе комбинацию*</li> </ol>	
<p>Элемент и комбинация</p>	<p>П 6. Комплекс: ритмическая гимнастика и танец, групповая акробатика (аэроспорт), аэробика, фитнес и т. д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соблюдаю основные положения</li> <li>2. Координирую движения руками с основными шагами по ритму</li> <li>3. Грациозно сочетаю элементы</li> <li>4. Воспроизвожу синхронно элементы в группе</li> <li>5. Подтверждаю правила безопасности</li> </ol>	
<p>Элементы, приёмы и действия</p>	<p>П 7. Элемент и приём: спортивные игры, рекреативные спортивные виды, индивидуальные виды спорта, национальные виды спорта и т. д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соблюдаю исходные положения</li> <li>2. Соблюдаю последовательность выполнения двигательных действий</li> <li>3. Корректно выполняю технику</li> <li>4. Проявляю координационные способности</li> <li>5. Результативно выполняю элемент</li> <li>6. Соблюдаю правила выполнения</li> </ol>	
	<p>П 8. Тактическое действие в нападении и защите: один игрок, два/три игрока, команда и т. д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знаю элементы действия.</li> <li>2. Выполняю правильно технические элементы.</li> <li>4. Включаюсь в коллективные действия.</li> <li>5. Сотрудничаю/общаюсь с коллегами по команде.</li> <li>6. Применяю действие в процессе игры.</li> </ol>	

<i>Продукты, ориентированные на использование – создание</i>	<p>П 9. Сложные комбинации: акробатические/ групповой акробатики (акроспорт), на гимнастических снарядах, аэробика/фитнес и т. д.</p>	<p>1. Участвую в составлении группового комплекса 2. Сотрудничаю с членами группы 3. Выполняю элементы последовательно и синхронно 4. Проявляю упорство и смелость 5. Участвую в соревнованиях на уровне группы/класса 6. Соблюдаю правила безопасности 7. Страхую и поддерживаю партнера во время выполнения</p>	<p>1. Участвую в создании комбинации/ комплекса в группе 2. Знаю технику и последовательность элементов 3. Оказываю поддержку и сопровождение в выполнении комплекса 4. Выполняю в меру двигательных возможностей 5. Сотрудничаю с членами группы в соревнованиях 6. Соблюдаю правила безопасности</p>
<b>Действия и игра</b>	<p>П 10. Полоса: прикладная, технико-тактические действия в коллективных спортивных играх</p>	<p>1. Выполняю элементы технично, корректно и последовательно 2. Проявляю координационные способности 3. Эффективно выполняю полосу 4. Соблюдаю правила безопасности</p>	
	<p>П 11. Практическая двусторонняя игра: коллективные и индивидуальные спортивные игры</p>	<p>1. Знаю элементы действия 2. Корректно выполняю технические элементы 3. Принимаю правильные решения действий 4. Включаюсь в коллективное действие 5. Сотрудничаю, общаюсь с членами команд 6. Применяю действие в рамках игры 7. Соблюдаю правила соревнований и поведения</p>	
	<p>П12. Индивидуальный/ групповой проект</p>	<p>1. Представляю тему, реализованные действия 2. Описываю последовательно некоторую информацию, самостоятельно собранные сообщения, созданные/выбранные изображения 3. Объясняю некоторые исследуемые идеи/явления 4. Высказываю оценки и личное отношение 5. Формулирую выводы 6. Кооперируюсь с членами группы</p>	<p>1. Представляю название, проведенные мероприятия 2. Описываю последовательно некоторую информацию, отчеты, собранные/самостоятельно созданные/выбранные изображения. 3. Объясняю некоторые изучаемые идеи/ явления 4. Высказываю оценки и личное отношение 5. Формулирую выводы 6. Кооперируюсь с членами группы</p>

<b>Продукты, ориентированные на предпринимателя/кумулятивную деятельность</b>	П13. Дневник двигательной деятельности ученика	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Представляю в графической/цифровой форме повестке дизайн.</li> <li>2. Создаю индивидуальный и соответствующий контент.</li> <li>3. Структурирую содержание</li> <li>4. Объясняю и обосновываю содержание</li> <li>5. Формулирую предложения/рекомендации и выводы.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Представляю в графической/цифровой форме индивидуальный и соответствующий контент.</li> <li>2. Создаю индивидуальный и соответствующий контент.</li> <li>3. Структурирую содержание</li> <li>4. Объясняю и обосновываю содержание</li> <li>5. Формулирую предложения/рекомендации и выводы.</li> </ol>
	П14. Тест на знания/практический	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализирую, понимаю, тестовые задания</li> <li>2. Пишу тест</li> <li>3. Я набираю достаточно очков</li> <li>4. Укладываюсь по времени</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализирую, понимаю, тестовые задания</li> <li>2. Пишу тест</li> <li>3. Я набираю достаточно очков</li> <li>4. Укладываюсь по времени</li> </ol>
	П15. Мини эссе/реферат	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подбираю информацию, материалы по предложенной теме.</li> <li>2. Редактирую титульный лист, содержание</li> <li>3. Конкретизирую количество и качество материала</li> <li>4. Дополняю с визуальной информацией</li> <li>5. Выказываю собственную оценку</li> <li>6. Формулирую выводы</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализирую, понимаю, тестовые задания</li> <li>2. Пишу тест</li> <li>3. Я набираю достаточно очков</li> <li>4. Укладываюсь по времени</li> </ol>
	П16. Судейство: группа, класс, команда	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знаю правила игры/конкурса</li> <li>2. Знаю жестикуляцию судьи</li> <li>3. Включаюсь в судейство</li> <li>4. Выполняю различные функции судей</li> <li>5. Осуществляю судейство в соответствии с регламентом</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знаю правила игры/конкурса</li> <li>2. Знаю жестикуляцию судьи</li> <li>3. Включаюсь в судейство</li> <li>4. Выполняю различные функции судей</li> <li>5. Осуществляю судейство в соответствии с регламентом</li> </ol>
	П17. Организация и руководство: фрагмент урока, конкурс/соревнование	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знаю формы и этапы организации</li> <li>2. Организирую коллектив</li> <li>3. Объясняю и демонстрирую упражнения</li> <li>4. Применяю обратную связь/feed-back</li> <li>5. Проявляю творчество и оригинальность</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знаю формы и этапы организации</li> <li>2. Организирую коллектив</li> <li>3. Объясняю и демонстрирую упражнения</li> <li>4. Применяю обратную связь/feed-back</li> <li>5. Проявляю творчество и оригинальность</li> </ol>

**Организация и руководство**

\* – характерный оцениваемый продуктам для некоторых видов спорта

*Рекомендуемые стратегии оценивания*

Перечень оцениваемых продуктов		Стратегия рекомендуемого оценивания (НО, КО, СО)	Возможности реализации в цифровом формате
Категория	Продукт		
<i>Продукты, ориентированные на выполнение</i>	П 1. Бег: скоростной, эстафетный, на выносливость/кросс	НО, КО	
	П 2. Прыжок: в длину с места, в длину с разбега, в высоту с разбега	НО, КО	
	П 3. Метание малого мяча: в цель, на дальность.	НО, КО	
	П 4. Элемент: акробатики, на гимнастическом снаряде тренажерном зале, в парах/группе (акробат), опорный прыжок	НО, КО	
	П 5. Комбинация: акробатическая, на гимнастическом снаряде, аэробики	НО, КО	
	П 6. Комплекс: художественная гимнастика и танцы, групповая акробатика (акроспорт), аэробика/фитнес	НО, КО	
	П 7. Элемент и прием: спортивные игры, рекреативный вид спорта, индивидуальный вид спорта, национальные виды спорта	НО, КО	
	П 8. Тактическое действие в нападении и защите: один игрок, два/три игрока, команда	НО, КО	
	П 9. Комплексы: акробатические/акробатика в группе (акроспорт), на гимнастических снарядах, аэробика/фитнес	НО, СО	✓
	П 10. Полоса: прикладная, технико-тактическая – коллективные спортивные игры,	НО, КО, СО	✓
	П 11. Двусторонняя/практическая игра: индивидуальные, коллективные спортивные игры	КО, СО	

<p><i>Продукты, ориентированные на предпринимательскую деятельность/дополняющие</i></p>	П 12. Индивидуальный и групповой проект	Как составная часть СО	
	П 13. Дневник двигательной деятельности ученика	Как составная часть СО	
	П 14. Тест на знания/практический	НО, КО, СО	
	П 15. Мини эссе/реферат	КО	
	П 16. Судейство: группы, класса, команды	КО. СО	
	П 17. Организация и руководство: фрагмент урока, конкурс/соревнование	КО. СО	

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Карточка самооценки/взаимооценки на основе критериев успеваемости

<b>Фамилия, имя:</b> <b>Продукт: Передача мяча двумя руками от груди</b>				
№ крит.	Критерии успеха	Реализованы		
		самостоятельно	под руководством	с поддержкой
1.	Соблюдаю исходное положение	+		
2.	Соблюдаю последовательность выполнения двигательных действий		+	
3.	Выполняю правильно технику		+	
4.	Проявляю координационные способности	+		
5.	Выполняю результативно элемент			+
6.	Соблюдаю правила выполнения	+		

### Пример составления оценочной сетки (для учителя). Модуль Баскетбол, продукт № 7: Дриблинг на месте

№ Крит.	Фамилия, имя	Критерии оценивания					
		Соблюдает исходное положение	Соблюдает последовательность выполнения двигательных действий	Правильно выполняют технику	Проявляет способности координации	Выполняет результативно элемент	Соблюдает правила выполнения
1		!	●	+	+	●	!
2		●	!	●	+	!	+
3		!	!	●	+	●	●

Обозначения:

- + – самостоятельно
- – под руководством
- ! – с поддержкой



# БИБЛИОГРАФИЯ

## Нормативно-правовая база

1. *Cadrul de referință al curriculumului național*, aprobat prin Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 432 din 29 mai 2017.
2. *Codul Educației al Republicii Moldova*, modificat LP 138 din 17.06.16, MO184-192/01.07.16 art.401, intrat în vigoare 01.07.16.
3. *Concepția educației în Republica Moldova*, 2000.
4. *Curriculum la disciplina Educația fizică*: Chișinău, ME, 2010.
5. *Curriculum pentru învățământul primar*, aprobat la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 1124 din 20 iulie 2018.
6. *Legea Republicii Moldova cu privire la Drepturile Copilului*, nr. 338-XIII din 15 decembrie 1994.
7. *Metodologia de evaluare criterială prin descriptori la disciplinele Educația muzicală, Educația plastică, Educația tehnologică și Educația fizică, clasa a V-a*, aprobată la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 1324 din 08 septembrie 2018.
8. *Standarde de eficiență a învățării*, Ministerul Educației al Republicii Moldova, 2012.
9. *Strategia de dezvoltare a educației pentru anii 2014-2020 «Educația 2020»*, publicat: 21.11.2014 în Monitorul Oficial Nr. 345-351; art. 1014.
10. *Strategia Moldova Digitală 2020*, publicată: 08.11.2013 în Monitorul Oficial Nr. 252-257, art. 963.
11. *Strategia Națională Educație pentru toți*, publicată: 15.04.2003 în Monitorul Oficial Nr. 070, art. 441.

## Исследования/доклады

12. *Evaluarea curriculumului național în învățământul general. Studiu*. Chișinău: MECC, IȘE, 2018.
13. Bucun N.; Guțu V.; Ghicov A. [et al.] *Evaluarea curriculumului școlar. Ghid metodologic*. Chișinău: IȘE, 2017.

## Специальная литература

14. Bragarenco N. *Metodologia pregătirii sportive a rugbiștilor juniori*. Chișinău: Garamond-Studio, 2018.

15. Budevici-Puiu A. ș. a. *Handbal liceal, teorie și metodică*. Chișinău: Valinex, 2012.
16. Ciorbă C. *Baschet, pregătirea fizică*. Chișinău: Garamond-Studio, 2016.
17. Ciorbă C. ș. a. *Jocuri sportive, ghid metodic*. Chișinău: Valinex, 2016.
18. Gremalschi T.; Boian I. *Standarde de eficiență a disciplinei Educația Fizică*. Chișinău: Lyceum, 2012.
19. Grosu V., Perfilov O., Perfilov L. *Tehnologii de evaluare la Taekwondo WT 10-1 KUP. Ghid metodologic*. Chișinău: Artpoligraf, 2019.
20. Manolachi V., Lefter N., Manolachi V. *Judo: Ghid didactic pentru școlile sportive de specialitate*. Chișinău: USEFS, 2017.
21. Mocrousov E., Moisescu P. *Tehnica, tactica și metodică tenisului de masă, Ghid metodic*. Chișinău: Valinex, 2017.
22. Rîșneac B., Solonenco G. *Înotul sportiv, concepte metodologice*. Chișinău: USEFS, 2014.
23. Sîrghi S. *Fotbal, pregătirea fizică diferențiată. Monografie*. Chișinău: Valinex, 2017.
24. Tabîrța V., Bragarenco N., Grosul V. *Badminton, curs de lecții*. Chișinău, USEFS, 2009.
25. Vasiliev M. *Instruirea modulară – tehnologie didactică axată pe formarea competențelor*// În: Didactica Pro... nr. 5-6 (87-88), 2014, p. 56 -59.
26. Aftimciuc O., Chizari, M. *Fitness, teorie și metodică*. Iași: Prim, 2012.
27. Conohova T., Păcuraru A. *Teoria și metodică jocului de volei*. Iași: Prim, 2014.
28. Dragomir P., Scarlat E. *Educația fizică școlară. Repere noi – mutații necesare*. București: EDP, 2004.
29. Heick T. *The characteristics of a highly effective learning environment* <https://www.teachthought.com/learning/10-characteristics-of-a-highly-effective-learning-environment/>
30. Houart M. *Evaluer des compétence... Ouimais comment?* Département Éducation et technologie (UNamur), 2001.
31. Năstase V. D. *Dans sportiv. Metodologia performanței*. Pitești: Paralela 45, 2011.



