

MINISTERUL EDUCAȚIEI, CULTURII ȘI CERCETĂRII
AL REPUBLICII MOLDOVA

CURRICULUM NAȚIONAL

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Clasele X-XII

- **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 10-12 : 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"). – 120 p. : fig., tab.

Referințe bibliogr.: p. 118-119 (31 tit.). – 300 ex.

ISBN 978-9975-3439-8-5.

373.5.091:796(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 X-XII 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 X-XII 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 лицейских 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 утвержденной 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 X-XII 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 челове-

ческих 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.

I. Концептуальные основы

I.1. Куррикулум по учебной дисциплине *Физическое воспитание* для X-XII 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.

«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

- **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 трансдисциплинарность 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 10-го класса и до окончания 12-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*. Эта матрица структурирована по:

- уровням изучения дисциплины *Физическое воспитание* в системе лицейского цикла: **А** – начинающий; **В** – базовый; **С** – самостоятельный;
- подуровням, соответствующим учебному году для соответствующего модуля/вида/спортивной игры: **A1, A2; B1; B2; B3; C1; C2**.

На каждом подуровне матрица генерирует систему из четырех единиц компетенций, которая включает 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 и лицейском цикле, что даёт учителю возможность разрабатывать непрерывный и прогрессивный курс для каждого выбранного модуля/вида/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 X–XII классах, обеспечивает полный курс формирования единиц компетенций, что приводит к прогрессивному и постепенному формированию специфических компетенций дисциплины по завершению лицейского 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.

II. Администрирование дисциплины

Статус дисциплины	Куррикулумная область	Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в году ¹
Обязательный	Спорт	X	2	70
		XI	2	70
		XII	2	68

Ориентировочное распределение часов по модулям

Модули			Класс		
			X	XI	XII
Обязательные	•	Лёгкая атлетика	10	10	10
	•	Гимнастика	12	12	12
	•	Спортивная игра 1	12	12	12
	•	Спортивная игра 2	12	12	12
По выбору	•	Элементы танца	10	10	10
	•	Индивидуальная спортивная игра			
	•	Рекреативный вид спорта	10	10	10
	•	Индивидуальный вид спорта			
		Национальный вид спорта			
Часы по усмотрению учителя			4	4	4

Примечания:

- В каждом учебном году:
 - планируются шесть модулей: четыре обязательных модуля и два модуля по выбору;
 - предлагаются 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.

¹ Может меняться в зависимости от структуры учебного года и календарных дат.

- 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; **С.** Самостоятельный (см. *Генеративная матрица единиц компетенций*).
- 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*).
- 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	X класс	XI класс	XII класс
Лёгкая атлетика	Бег Прыжки Метания	Бег Прыжки Метания	Бег Прыжки Метания
Гимнастика	Акробатика Гимнастика на снарядах	Акробатика Гимнастика на снарядах	Акробатика Гимнастика на снарядах
Спортивная игра 1 Спортивная игра 2	Баскетбол Гандбол Футбол Регби-7 Волейбол	Баскетбол Гандбол Футбол Регби-7 Волейбол	Баскетбол Гандбол Футбол Регби-7 Волейбол
Элементы танца	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
Рекреативный вид спорта	Фитнес/Аэробика Плавание Пешеходный туризм	Фитнес/Аэробика Плавание Пешеходный туризм	Фитнес/Аэробика Плавание Пешеходный туризм
Индивидуальный вид спорта	Армрестлинг Элементы вольной борьбы и дзюдо/ тхэквондо	Армрестлинг Элементы вольной борьбы и дзюдо/ тхэквондо	Армрестлинг Элементы вольной борьбы и дзюдо/ тхэквондо
Национальный вид спорта	Метание буздугана Ойна Трынта	Метание буздугана Ойна Трынта	Метание буздугана Ойна Трынта

III. Специфические компетенции дисциплины

1. Аргументировать 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 саморегуляцию для гармоничного физического развития.
3. Управлять добытыми спортивными навыками в процессе соревновательной и рекреационной деятельности, доказывая устойчивость, целостность и приверженность общему успеху.

IV. Генеративная матрица единиц компетенций

Для обязательных модулей уровни/подуровни устанавливаются последовательно, начиная с **С1** на шестом году обучения и первом году обучения в лицейском цикле (10-й класс). Для модулей по выбору динамика уровней/подуровней устанавливается учителем в зависимости от преемственности выбора и специфики конкретного класса учащихся.

В формулировке единиц компетенций:

N - заменяется порядковым номером модуля в долгосрочной перспективе;

X - заменяется названием спортивной дисциплины/спортивного вида/спортивной игры, выбранных в соответствующем модуле.

Уровень	Единицы компетенций
А. Начальный	A1 N. 1. Распознавание пользы от занятий X с точки зрения гармоничного физического развития. N. 2. Принятие правил безопасности и норм гигиены при занятиях X . N. 3. Комментированное воспроизведение двигательных действий, специфичных для X . N. 4. Координация интеллектуальных, психомоторных и поведенческих навыков в ходе занятий/игры X .
	A2 N. 1. Описание пользы от занятий X с точки зрения гармоничного физического развития. N. 2. Соответствие правилам безопасности и нормам гигиены при занятиях X . N. 3. Комментированный показ двигательных действий, специфичных для X . N. 4. Координация интеллектуальных, психомоторных и поведенческих навыков в ходе занятий/игры X .

В. Базовый	В1	<p>Н. 1. Выявление пользы от занятий Х с точки зрения личностного развития.</p> <p>Н. 2. Следование правилам безопасности и нормам гигиены при занятиях Х.</p> <p>Н. 3. Комментированное воспроизведение структур движений в комплексе элементов и технических приемов, специфичных для Х.</p> <p>Н. 4. Координация специфичных навыков в ходе занятий/игры Х.</p>
	В2	<p>Н. 1. Выявление пользы от занятий Х с точки зрения личностного развития.</p> <p>Н. 2. Следование правилам безопасности и нормам гигиены при занятиях Х.</p> <p>Н. 3. Комментированное воспроизведение структур движений в комплексе элементов и технических приемов, специфичных для Х.</p> <p>Н. 4. Координация специфичных навыков в ходе занятий/игры Х.</p>
	В3	<p>Н. 1. Анализ положительных эффектов от занятий Х с точки зрения личностного развития.</p> <p>Н. 2. Поддерживание правил безопасности и норм гигиены при занятиях Х.</p> <p>Н. 3. Комментированный показ структур движений в комплексе элементов и технических приемов, специфичных для Х.</p> <p>Н. 4. Координация специфичных навыков в ходе занятий/игры Х.</p>
С. Самостоятельный	С1	<p>Н. 1. Сопоставление преимуществ занятий Х в личностном, локальном и глобальном контексте.</p> <p>Н. 2. Соблюдение правил безопасности и гигиенических норм в рамках применения Х.</p> <p>Н. 3. Применение элементов и технических приёмов в действиях, характерных Х.</p> <p>Н. 4. Управление средствами из Х в различной повседневной деятельности.</p>
	С2	<p>Н. 1. Оценка степени преимуществ использования Х в личностном, локальном и глобальном контексте.</p> <p>Н. 2. Соблюдение правил безопасности и правил гигиены на практике Х.</p> <p>Н. 3. Комбинирование элементов и технических приёмов, характерных действиям Х.</p> <p>Н. 4. Управление специфическими навыками Х в соревновательной и рекреативной деятельности.</p>
	С3	<p>Н. 1. Оценка возможностей по повышению уровня преимуществ занятий Х с точки зрения личностного, местного и глобального характера.</p> <p>Н. 2. Соблюдение правил безопасности и правил гигиены на практике Х.</p> <p>Н. 3. Оценка элементов и технических приёмов в действиях, характерных Х.</p> <p>Н. 4. Организация образовательной, соревновательной и рекреативной деятельности, характерной Х.</p>

Пример 1. Модуль «Лёгкая атлетика», XI класс.

На седьмом году обучения (*XI класс*) устанавливается **седьмой уровень - С2**.

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

Уровень С2	<p>1.1. Оценка степени преимущества использования лёгкой атлетики в личном, локальном и глобальном контексте.</p> <p>1.2. Соблюдение правил безопасности и правил гигиены на практике лёгкой атлетики.</p> <p>1.3. Комбинирование элементов и технических приёмов, характерных действиям лёгкой атлетики.</p> <p>1.4. Управление специфическими навыками лёгкой атлетики в соревновательной и рекреативной деятельности.</p>
-----------------------	--

Пример 2. Модуль «Спортивная игра», X 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 он планирует реализовать этот модуль третьим в учебном году. В таком случае подставляем **X = гандбол**, **N = 3** и определяем единицы компетенции:

Уровень A2	<p>3.1. Описание пользы от занятий гандболом с точки зрения гармоничного физического развития.</p> <p>3.2. Соответствие правилам безопасности и нормам гигиены в ходе занятий гандболом.</p> <p>3.3. Комментированный показ двигательных действий, специфичных для гандбола.</p> <p>3.4. Координация интеллектуальных, психомоторных и поведенческих навыков в ходе игры в гандбол.</p>
-----------------------	---

V.1. Обязательные модули

Модуль ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

УРОВЕНЬ С1 X класс	УРОВЕНЬ С2 XI класс	УРОВЕНЬ С3 XII класс
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Правила безопасности ● Специфические движения: техника передачи эстафетной палочки, техника спортивной ходьбы ● Правила соревнований: бег, прыжки, метания, передача эстафеты ● Практическое содержание: <p><i>Прикладные полосы.</i> <i>Спортивная ходьба.</i></p> <p>Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Скоростной бег; - Челночный бег; - Эстафетный бег, передача эстафеты; - Бег на выносливость (кросс): 1000 м (д) и 2000 м(м). <p>Прыжки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Прыжок в длину способом «согнув ноги», измерение (определение) длины разбега, полет и приземление; - Прыжок в высоту с разбега способом «ножницы», измерение (определение) длины разбега, полет и приземление; 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Правила безопасности ● Правила соревнований: судейство; техника замеров/измерений в легкоатлетических видах ● Практическое содержание: <p><i>Спортивная ходьба.</i></p> <p>Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бег на скорость: 100 м (д) и (м); - Челночный бег; - Эстафетный бег: 4x100м; - Бег на выносливость (кросс): 1000 м (д) и 2000 м(м). - Бег с препятствиями, техника преодоления/прохождения горизонтальных и вертикальных препятствий. <p>Прыжки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Прыжок в длину способом «согнув ноги»; - Прыжок в высоту с разбега способом «ножницы». 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Правила соревнований: судейство; техника замеров/измерений в легкоатлетических видах ● Практическое содержание: <p><i>Спортивная ходьба.</i></p> <p>Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бег на скорость: 100 м (д) и (м); - Челночный бег; - Эстафетный бег: 4x100м; - Бег на выносливость (кросс): 1000 м (д) и 2000 м(м). - Бег с препятствиями, техника преодоления/прохождения горизонтальных и вертикальных препятствий. <p>Прыжки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Прыжок в длину способом «согнув ноги»; - Прыжок в высоту с разбега способом «ножницы».

<p>- Многократные прыжки с места и с разбега 5-9 шагов в соревновательной форме.</p> <p>- <i>Метания:</i></p> <p>- Бросок/метание медицинского мяча (1,5-2 кг) одной и двумя руками;</p> <p>- Метание малого мяча на дальность, измерение/определение длины разбега, финальное усилие, бросок предмета, удержание равновесия</p>	<p><i>Метания:</i></p> <p>- Бросок/метание медицинского мяча (2-3 кг) одной и двумя руками на дальность;</p> <p>- Метание малого мяча (150 гр) на дальность с разбега</p>	<p><i>Метания:</i></p> <p>- Бросок/метание медицинского мяча (2-3 кг) одной и двумя руками на дальность;</p> <p>- Метание малого мяча (150 гр) на дальность с разбега</p>
Оцениваемые продукты		
<p>Вид и результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег на скорость: 100 м; - бег на выносливость (кросс): 1000 м (д) и 2000 м (м); - бег с препятствиями; - метание малого мяча (150 гр) на дальность с разбега; - прыжок в высоту/длину с разбега; - прикладные полосы. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): занятия с использованием средств для развития выносливости.</p>	<p>Вид и результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег на скорость: 100 м; - бег на выносливость (кросс): 1000 м (д) и 2000 м (м); - бег с препятствиями; - метание малого мяча (150 гр) на дальность с разбега; - прыжок в высоту/длину с разбега. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): занятия с использованием средств для развития прыгучести.</p>	<p>Вид и результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег на скорость: 100 м; - бег на выносливость (кросс): 1000 м (д) и 2000 м (м); - бег с препятствиями; - метание малого мяча (150 гр) на дальность с разбега; - прыжок в высоту/длину с разбега. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): занятия с использованием средств для развития скорости.</p>

Рекомендуемые виды учебной деятельности

Специфические виды деятельности:

- наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов из видов легкоатлетического многоборья, ошибок в выполнении техники, с видео/цифровой информационной поддержкой;
- выполнение/совершенствование технических элементов легкоатлетических видов с применением специфических методов в условиях, приближённых к соревновательным;
- развитие двигательных качеств/способностей (сила, скорость, скоростная сила, силовая скорость, специфическая координация) двигательных действий циклического и ациклического характера в опорных и базовых фазах, анаэробной и аэробной выносливости специфическими и соревновательными методами, в стандартных (стадион) и нестандартных (пересечённая местность) условиях.

Предпринимательская деятельность:

- выполнение различных ролей (модель, учитель, судья, помощник и т. д.) в системе легкоатлетической, образовательной и повседневной деятельности;
- индивидуальный/групповой/коллективный проект: плакат/афиша/рекламный баннер, флэш-моб о положительном влиянии практики легкоатлетических видов спорта на здоровье человека, fair-play в соревновательных мероприятиях (в графической/цифровой форме);
- обучение посредством рабочих заданий: выявление и исправление ошибок при выполнении специфической техники легкоатлетических видов;
- семинар: обмен передовым опытом в плане применения различных техник измерения результатов в видах легкой атлетики.

Модуль ГИМНАСТИКА

УРОВЕНЬ С1 X класс	УРОВЕНЬ С2 XI класс	УРОВЕНЬ С3 XII класс
Единицы содержания		
<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/транс-дисциплинарные связи ● Правила безопасности: консультации и взаимопомощь ● Синхронные движения: ● групповые синхронные движения; ● групповые синхронные акробатические элементы ● Практическое содержание: <p><i>Прикладные упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - прикладные полосы/прохождения в различных сочетаниях: передвижения – восхождения – соскоки – переползания – транспортровка/перенос; прикладные полосы/прохождения группами в соревновательной форме. <p><i>Акробатические элементы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - равновесие на одной ноге в различных вариантах; - кувырки, различные варианты; - мост, различные варианты; - стойка на голове и руках в различных вариантах (мальчики); - стойка на руках из различных исходных положений; - связки и комбинации из ранее изученных акробатических упражнений. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/транс-дисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Правила соревнований: оценка техники элементов и сложности комбинаций ● Практическое содержание: <p><i>Прикладные упражнения:</i></p> <p><i>Акробатическая комбинация:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - акробатическая комбинация из 4-6 элементов в связке с элементами танца; - кувырки вперед и назад из различных исходных положений; последовательные кувырки вперед; - стоя на голове и руках (мальчики), стойка на руках; - перевороты боком в сочетании: с полушпагатом, со шпагатом, с мостиком, со стойкой на лопатках; - групповые акробатические элементы (Акроспорт): комплекс из освоенных акробатических элементов под музыкальное сопровождение в соревновательной форме. <p><i>Элементы на гимнастических снарядах:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - простейшие комбинации на снарядах из освоенных элементов. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/транс-дисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Правила соревнований: оценка техники элементов и сложности комбинаций ● Практическое содержание: <p><i>Прикладные упражнения:</i></p> <p><i>Акробатическая комбинация:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> соровновательная акробатическая комбинация из 5-6 элементов в связке с элементами танца; - кувырки вперед и назад из различных исходных положений; последовательные кувырки вперед; - стоя на голове и руках (мальчики), стойка на руках; - перевороты боком в сочетании: с полушпагатом, со шпагатом, с мостиком, со стойкой на лопатках; - групповые акробатические элементы (Акроспорт): комплекс из освоенных акробатических элементов под музыкальное сопровождение в соревновательной форме. <p><i>Элементы на гимнастических снарядах:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - соревновательная комбинация на снарядах из освоенных элементов.

<ul style="list-style-type: none"> - акробатическая комбинация из элементов по выбору; - групповые акробатические элементы (Акроспорт): фигуры из групповых статических положений; групповые акробатические элементы в соревновательной форме; <p>Элементы на гимнастических снарядах:</p> <ul style="list-style-type: none"> - связки из 4-5 ранее изученных элементов. <p>Опорные прыжки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжок ноги врозь через гимнастического козла (коня) в ширину $h = 120$ см (м); прыжок боком $h = 115$ см (д). <p>Расстояние мостика от снаряда – 1 м</p>	<p>Опорные прыжки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - комбинации прыжков из ранее изученных; - прыжок ноги врозь через гимнастического коня в ширину $h = 120$ см; - прыжок согнув ноги, ноги углом через гимнастического коня (козла) в длину $h = 120$ см 	<p>Опорные прыжки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - комбинации прыжков из ранее изученных; - прыжок ноги врозь, согнув ноги, углом через гимнастического коня в ширину $h = 120$ см; - прыжок ноги углом с поворотом через гимнастического коня (козла) в длину $h = 120$ см
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы, комбинации и комплексы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - акробатическая комбинация/на гимнастических снарядах из элементов по выбору; - фигуры из статических положений в парах из акроспорта; - опорные прыжки. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): комплексы упражнений для коррекции осанки.</p>	<p>Элементы, комбинации и комплексы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - акробатическая комбинация/на гимнастических снарядах из элементов по выбору под музыкальное сопровождение; - фигуры из статических положений в парах из акроспорта; - опорные прыжки. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): комплексы упражнений с предметами.</p>	<p>Элементы, комбинации и комплексы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - акробатическая комбинация/на гимнастических снарядах в соревновательной форме под музыкальное сопровождение; - групповые комплексы акроспорта; - опорные прыжки. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): комплексы упражнений с отягощениями.</p>

Рекомендуемые виды учебной деятельности

Специфические виды деятельности:

- демонстрация и объяснение акробатических элементов, связок в соревновательных комплексах, индивидуальных и групповых, возможно с видео/цифровой поддержкой;
- совершенствование и отработка индивидуальных и групповых акробатических комплексов (акроспорт) в соревновательной форме;
- составление индивидуальных и групповых акробатических комплексов для участия в соревнованиях;
- развитие двигательных качеств (гибкость, координация движений, равновесие, ритмичность и синхронность) соревновательными и состязательными средствами.

Предпринимательская деятельность:

- выполнение различных ролей (учитель, судья, волонтер, спортивный репортёр-комментатор), характерных для гимнастики, в учебной и повседневной деятельности;
- индивидуальный/групповой/коллективный проект: баннер/рекламный ролик/флэш-моб о продвижении гимнастических видов (в графической/цифровой форме);
- обучение посредством рабочих заданий: составление групповых акробатических комплексов для участия в соревнованиях;
- семинар: обмен передовым опытом в плане участия в качестве участника, судьи, волонтера в соревновательных мероприятиях, характерных для гимнастики, в повседневной деятельности.

Модуль СПОРТИВНАЯ ИГРА БАСКЕТБОЛ

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С1	УРОВЕНЬ С2	УРОВЕНЬ С3
Единицы содержания				
<ul style="list-style-type: none"> ● Баскетбол – спортивный вид ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Правила игры: игровое поле, продолжительность игры, фол, шаги, двойное ведение, зачет очков ● Положения и движения: основные стойки нападающего и защитника, передвижения, остановки, повороты ● Технические приемы и способы: передачи/пасы, ловля, броски, ведение и т. д. ● Технико-тактические действия: обыгрывание и прорыв 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Правила игры: правило 5, 8, 24 сек, замена, минутный перерыв. ● Технические приемы и способы: простые и сложные финты, вырывание, выбивание, перехват, закрывание, отбор мяча от щита ● Технико-тактические действия: индивидуальные, взаимодействия 2-3 игроков, противодействия. Системы защиты и нападения ● Практическое содержание: - Простые и сложные финты; 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Судейство игры: жестикуляция судьи и управление игрой ● Технические приемы и способы: владения мячом и отбора мяча ● Технико-тактические действия: в нападении и защите, системы защиты и нападения ● Индивидуальные и коллективные тактические действия: в нападении и защите, системы защиты и нападения ● Практическое содержание: - Передачи и ловля мяча в передвижении; 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Судейство игры: протокол игры, менеджмент соревнования, характерной игре ● Технические приёмы и способы: специфические игровые приёмы и способы ● Тактические действия: индивидуальные, групповые и простейшие командные в нападении и защите ● Практическое содержание: - Технические приёмы и способы в нападении; - Технические приёмы и способы в защите; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; 	

<p>● Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные стойки, перемещения; - Остановки прыжком и двумя шагами, повороты; - Удержание, ловля и передача мяча двумя руками от груди, снизу и сверху, одной рукой с места и в передвижении; - Ведение мяча на месте и в передвижении, с преодолением препятствий; - Бросок в корзину двумя руками с места после передвижения; - Тактические действия в нападении и защите: нападение – освоение: нападение от опеки, бождение от опеки, тактическое действие «передай мяч и выходи»; защита – опека игрока на уменьшенной площадке 	<ul style="list-style-type: none"> - Ловля и передача мяча одной рукой и двумя руками с места и в передвижении на различные расстояния; - Дриблинг с визуальным контролем и без него, с изменением скорости и направления; - Овладение мячом: выбивание, отбивание, вырывание, выхватывание, накрывание, перехват, подбор от щита; - Бросок в корзину одной рукой сверху с места и в движении, в прыжке и после двух шагов; - Тактические действия: прорыв и обыгрывание; действия и противодействия между 2/3 игроками; защита – персональная и зональная защита 	<ul style="list-style-type: none"> - Бросок в корзину одной рукой и двумя руками с места, после двух шагов, прыжком; - Чередование дриблинга с различной высотой и ритмом; - Приёмы овладения мячом; - Индивидуальные тактические действия в нападении и защите; - Групповые тактические действия: атака (блокировка, «тройка», «маленькая восьмерка», «пересечение»), защита (подстраховка, проскальзывание, переключение); - Системы защиты: зональная, персональная 	<ul style="list-style-type: none"> - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: быстрая и позиционная; - Системы защиты: персональная, зональная и смешанная
<ul style="list-style-type: none"> - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: быстрая и позиционная; - Системы защиты: персональная, зональная и смешанная 	<ul style="list-style-type: none"> - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: быстрая и позиционная; - Системы защиты: персональная, зональная и смешанная 	<ul style="list-style-type: none"> - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: быстрая и позиционная; - Системы защиты: персональная, зональная и смешанная 	<ul style="list-style-type: none"> - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: быстрая и позиционная; - Системы защиты: персональная, зональная и смешанная

Оцениваемые продукты				
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - передача мяча двумя руками от груди в передвижении; - дриблинг с преодолением препятствий. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <p>выполнение элементов и технических приёмов игры во внеклассной деятельности в рамках определённого периода.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бросок в корзину рукой сверху после двух шагов; - технико-тактические действия 2 игроков. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <p>выполнение элементов и технических приёмов игры во внеклассной деятельности в рамках определённого периода.</p>	<p>Игровые действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технико тактические действия 3 игроков; - двусторонняя игра. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <p>занятия игрой в рамках учебной и во внеучебной деятельности на протяжении указанного периода.</p>	<p>Действия и судейство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технико-тактические действия 3 игроков в нападении и защите; - судейство игры. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <p>использование игры в рекреативной и повседневной деятельности на протяжении указанного периода.</p>	<p>Организация и управление:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация и руководство одной из учебных частей урока - спортивных игр; - организация спортивных соревнований и руководство. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <p>использование игры в рекреативной и повседневной деятельности на протяжении указанного периода.</p>

ГАНДБОЛ

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С1	УРОВЕНЬ С2	УРОВЕНЬ С3
Единицы содержания				
<ul style="list-style-type: none"> ● Гандбол – спортивная игра ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Правила игры: игровое поле, фол, шаги, двойное ведение, защита в полукруге, заступ полукруга в нападении, нога ● Стойки и специфические движения: основные положения/стойки, передвижения ● Технические способности: передача, ловля, метание, дриблинг, вратарская техника ● Технико-тактические действия: опека и освобождение от опеки, прорыв, обыгрывание, проскальзывание 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Правила игры: бросок с 7 м, правило 9 м, замена игроков, жесты судьи ● Технические приемы и способности: обманные движения, изменение направления, вырывание, выбивание, перехват, отбор, техника вратаря ● Технико-тактические действия: взаимодействие 2/3 игроков в нападении, противодействия. Простейшие системы нападения и защиты ● Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Финты, смена направления; 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Судейство игры: жесты судьи и управление игрой ● Технические приемы и способности владения мячом и отбора мяча ● Индивидуальные и коллективные тактические действия: в нападении и защите, системы нападения и защиты ● Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Передача и ловля мяча в передвижении; - Броски мяча в ворота с места, с расстояния и с крайних линий; - Простой и многократный дриблинг, со сменой темпа и направления; 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Судейство игры: протокол игры, менеджмент соревнований, характерный игре в гандбол ● Технические способности и приёмы: специфические игровые приёмы и способы ● Тактические действия: индивидуальные, групповые и коллективные в нападении и защите, системы нападения и защиты. ● Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Технические приёмы и способы в защите; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Системы организации соревнований: с выбиванием, круговая и смешанная ● Системы игры в защите и нападении ● Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Технические приёмы и способы в нападении; - Технические приёмы и способы в защите; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите;

<p>● Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные стойки и передвижения; - Передача мяча одной рукой от плеча, ловля мяча двумя руками на месте и в передвижении; - Броски в ворота с места и с расстояния 7 м; - Дриблинг на месте и в передвижении; - Техника вратаря: отбивание, блокировка и введение мяча в игру; - Индивидуальные тактические действия: обыгрывание, опека и освобождение от опеки, построение системы атаки в полукруге, построение системы защиты 6:0 	<ul style="list-style-type: none"> - Передача мяча одной рукой от плеча и ловля мяча двумя руками в передвижении на различные расстояния и направления; - Броски в ворота прыжком и приставными шагами с 7 м; - Дриблинг с препятствиями, многократно; - Техника вратаря: блокировка, ловля и вбрасывание мяча в игру; - Индивидуальные тактические действия в атаке и защите: обыгрывание, проскальзывание, маркировка нападающего; - Коллективные тактические действия в атаке и защите: система атаки в полукруге, взаимодействие между двумя-тремя игроками, тактические взаимодействия в системе защиты 	<ul style="list-style-type: none"> - Приёмы отбора мяча, блокировка броска мяча в ворота; - Индивидуальные тактические действия: атака (демаркация, проскальзывание, обыгрывание), защита (складывание, прессинговая маркировка); - Системы атаки: прямая и контратака через центрального игрока; - Системы защиты: 5 + 1 	<ul style="list-style-type: none"> - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: быстрая и позиционная; - Системы защиты: персональная, зональная и смешанная 	<ul style="list-style-type: none"> - Системы атаки: быстрая и позиционная; - Системы защиты: персональная, зональная и смешанная
--	--	---	---	--

Оцениваемые продукты				
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - передачи и ловля мяча в парах; - броски в цель. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнение элементов и технических приёмов игры во внеклассной деятельности в рамках указанного периода. 	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бросок в ворота; - ведение мяча с преодолением препятствий. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнение элементов и технических приёмов игры во внеклассной деятельности в рамках указанного периода. 	<p>Элементы и игра:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бросок мяча в ворота после ведения; - двусторонняя игра. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <ul style="list-style-type: none"> занятия игрой в рамках учебной и внеучебной деятельности на протяжении указанного периода. 	<p>Тактические действия и судейство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технико-тактическая полоса; - судейство игры. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <ul style="list-style-type: none"> использование игры в рекреативной и повседневной деятельности на протяжении указанного периода. 	<p>Организация и управление:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация и руководство одной из частей обучения в уроке; - организация спортивного соревнования и руководство. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме):</p> <ul style="list-style-type: none"> использование игры в рекреативной и повседневной деятельности на протяжении указанного периода.

ФУТБОЛ

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С1	УРОВЕНЬ С2	УРОВЕНЬ С3
Единицы содержания				
<ul style="list-style-type: none"> ● Футбол – спортивная игра ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Правила игры: игровое поле, грубая игра, фол, бросок с края, угловой. ● Стойки и передвижения: <ul style="list-style-type: none"> - Основная стойка нападающего и защитника; - Передвижения: ходьба, бег, прыжки, остановки, изменение направления ● Технические приёмы: передачи/пасы, приём, удары, ведение мяча ● Технико-тактические действия: опека и освобождение от опеки, обыгрывание 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Правила игры: замена игроков, штрафные удары, сигналы судьи ● Технические приёмы и способы: финты, дриблинг, перемещение вратаря, отбивание, овладение мячом ● Технико-тактические действия: Взаимодействия двух/трех игроков в нападении, противодействия, простейшие системы защиты ● Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Финты; - Передача мяча внутренней, средней и внешней стороны стопы с места и в передвижении, пасы головой; 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Судейство игры: жесты-куляция судьи и руководство игрой ● Технические приёмы и способы владения мячом и отбора мяча ● Индивидуальные и коллективные тактические действия: в атаке и защите, системы нападения и защиты ● Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Передача мяча ногой, головой, на месте и в передвижении; - Приём мяча ногой, грудью, головой, на месте и в движении; 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Судейство игры: протокол матча, менеджмент соревнования, характерный вид спорта ● Технические приёмы и способы: специфические игровые приёмы и способы ● Тактические действия: индивидуальные, групповые, командные в нападении и защите ● Практическое содержание: 	<ul style="list-style-type: none"> ● Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи ● Правила безопасности ● Системы организации соревнований: с выбыванием, круговая, смешанная ● Системы игры в нападении и защите ● Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Технические приёмы и способы в нападении; - Технические приёмы и способы в защите;

<ul style="list-style-type: none"> ● Практическое содержание: - Основные стойка и передвижения; - Удар и принятие мяча внутренним сводом стопы на месте и в движении, подъёмом, внешней и внутренней стороны - подъёма, головой с места; - Удары по воротам с места; - Ведение мяча; - Вбрасывание с крайней линии с места; - Отбор мяча у соперника спереди, перехват мяча; - Техника игры вратаря: перевод, отбивание, введение мяча в игру; - Индивидуальные тактические действия: опека и освобождение от опеки, обыгрывание 	<ul style="list-style-type: none"> - Амортизирующий приём мяча ногой, грудью, головой; - Ведение мяча внутренней, средней и внешней частью стопы, подшоной, дриблинг; - Удары по воротам с места и в движении; - Введение мяча в игру с боковой линии, штрафной линии и с угла поля; - Отбор мяча у атакующего спереди и сбоку; - Специфическая техника вратаря: ловля, боксирование, перевод и введение мяча в игру ударом ноги; - Тактические действия в атаке: прорыв, тактическое действие «один-два», освобождение от опеки. - Тактические действия в защите: опека игрока с мячом и без мяча, дублирование, прессинг, персональная защита 	<ul style="list-style-type: none"> - Ведение мяча попеременно правой и левой ногой, дриблинг; - Удары по воротам после ведения; - Жонглирование мячом ногой и головой; - Отбор мяча у противника спереди и сбоку; - Индивидуальные тактические действия: атака — защита, прорыв, проSCALLывание; защита — нападение; - Индивидуальные тактические действия: нападение — освобождение от опеки, прорыв, обыгрывание; в защите опека игрока с мячом и без мяча; - Групповые тактические действия: в нападении («один-два», секретно); в защите (подстраховка, заслон зоны проникновения); - Системы защиты: зональная и персональная 	<ul style="list-style-type: none"> - Технические приёмы и способы в нападения; - Технические приёмы и способы в защите; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: быстрая и позиционная; - Системы защиты: персональная и смешанная 	<ul style="list-style-type: none"> - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: быстрая и позиционная; - Системы защиты: персональная и смешанная
---	---	--	---	--

Оцениваемые продукты			
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пас и приём мяча в парах; - удар в цель. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): выполнение элементов и технических приёмов игры во внеклассной деятельности в рамках указанного периода.</p>	<p>Элементы игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> - удар по воротам после ведения мяча; - двусторонняя игра. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): занятия игрой в рамках учебной и внеучебной деятельности на протяжении указанного периода.</p>	<p>Тактические действия и судейство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технико-тактическая полоса; - судейство игры. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): использование игры в рекреативной и повседневной деятельности на протяжении указанного периода.</p>	<p>Организация и руководство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация и руководство одной из частей обучения в уроке; - организация спортивного соревнования и руководство. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): использование игры в рекреативной и повседневной деятельности на протяжении указанного периода.</p>

РЕГБИ 7

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
<p style="text-align: center;">Единицы содержания</p> <ul style="list-style-type: none"> • Регби 7 – спортивная игра • Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи • Правила безопасности • Судейство игры: жестикуляция судьи и управление игрой • Технические приёмы и способы: технические приёмы и способы владения мячом и отбора мяча, специализированная техника • Индивидуальные и коллективные тактические действия: в нападении и защите, система нападения и защиты • Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Подбор, несение, приземление, ловля мяча на лету; - Передача и ловля мяча на месте и в передвижении; - Удар по мячу с отскока, с руки, дриблинг; - Контакт с соперником/землей, развертывание группировки, удержание и защита мяча; - Блокировка противника/мяча. Захват противника спереди, сбоку сзади; 	<ul style="list-style-type: none"> • Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи • Правила безопасности • Судейство игры: протокол матча, менеджермент соревнования, характерный вид спорта • Технические приёмы и способы: специфические технические приёмы, характерные виду спорта • Тактические действия: индивидуальные, групповые и командные в защите и нападении. • Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Технические приёмы и способы в нападении; - Технические приёмы и способы в защите; - Специализированные элементы и технические приёмы; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Элементарные индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: группированная, развёрнутая, игры ногой; - Системы защиты: игрок на игрока на игрока, скольжение, игрок на игрока 	<ul style="list-style-type: none"> • Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи • Правила безопасности • Системы организации соревнований: с выбыванием, круговая, смешанная • Системы игры в нападении и защите • Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Технические приёмы и способы в нападении; - Технические приёмы и способы в защите; - Специализированные элементы и технические приёмы; - Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении; - Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите; - Системы атаки: группированная, развёрнутая, игры ногой; - Системы защиты: игрок на игрока на игрока, скольжение, игрок на игрока

<ul style="list-style-type: none"> - Индивидуальные тактические действия: атака (разграничение, проникновение, преодоление, раскрытие угла атаки), защита (маркировка атакующего, закрытие угла атаки, восстановление мяча); - Коллективные тактические действия: в нападении (прорыв, обыгрывание, раскрытие угла атак), обороне (маркировка, закрытие угла атаки, отбор мяча); - Коллективные тактические действия: атака (передача с пробросом, с забегом, скрестная), защита (игрока на игрока, скользящая); - Системы расстановки игроков в атаке и защите при начальном ударе, при продолжении игры, штрафной и свободный удар, розыгрыш с аута, рак, МОЛ 		
Оцениваемые продукты		
<p>Тактические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технико-тактическая полоса; - решение тактических ситуаций. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): тактические действия двух игроков с успешным завершением атаки в игре на протяжении указанного периода.</p>	<p>Тактические действия и судейство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технико-тактическая полоса; - судейство игры. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): занятия игрой в учебной и внеучебной деятельности на протяжении указанного периода.</p>	<p>Организация и управление:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация и руководство одной учебной частью урока; - организация и руководство спортивным соревнованием. <p>Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): занятия игрой в рекреативной и повседневной деятельности на протяжении указанного периода.</p>

ВОЛЕЙБОЛ

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С1	УРОВЕНЬ С2	УРОВЕНЬ С3
Единицы содержания				
<ul style="list-style-type: none"> • Волейбол – спортивная игра • Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи • Правила безопасности • Правила игры: игровое поле, размещение и замена игроков, смена игровых полей, двойной удар, задержка мяча • Стойки и специфические движения: перемещение, основные стойки/положения игроков • Технические приёмы и способы: передачи/пасы, подачи, приём, атакующий удар • Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Основные стойки и передвижения; 	<ul style="list-style-type: none"> • Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи • Правила безопасности • Правила игры: ошибки подачи, ошибки у сетки, сигналы судьи • Технические приёмы и способы: обманные движения • Технико-тактические действия: подачи, приёмы, передачи/пасы; пас три, простейшие системы защиты • Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Основные стойки и передвижения; - Передачи сверху, снизу с различными траекториями; - Подача снизу, сверху прямая, с места; - Приём мяча сверху, снизу с подачи; 	<ul style="list-style-type: none"> • Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи • Правила безопасности • Судейство игры: жестикуляция судьи, управление игрой • Технические приёмы и способы: технические приёмы и способы в нападении и защите. • Индивидуальные и коллективные технико-тактические действия: в нападении и защите, системы нападения и защиты • Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Передача сверху, снизу с места и в движении, через голову; - Приём сверху, снизу, сбоку, от сетки; 	<ul style="list-style-type: none"> • Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи • Правила безопасности • Судейство игры: протокол матча, менеджмент соревнования, характерный вид спорта • Технико-тактические действия: индивидуальные, групповые, командные в нападении и защите • Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Технические приёмы и способы в нападении и защите; - Индивидуальные технико-тактические действия в нападении и защите; 	<ul style="list-style-type: none"> • Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи • Правила безопасности • Системы организации соревнований: с выбыванием, круговая, смешанная • Системы игры в нападении и защите • Практическое содержание: <ul style="list-style-type: none"> - Технические приёмы и способы в нападении; - Технические приёмы и способы в защите; - Индивидуальные технико-тактические действия в нападении и защите; - Командные технико-тактические действия в нападении и защите;

<ul style="list-style-type: none"> - Пас двумя руками сверху, снизу, с места с последующим передвижением; - Приём мяча сверху, снизу, в движении; - Прямая подача мяча снизу с различными траекториями; - Нападающий удар; - Техничко-тактические действия, состоящие из приёма, паса и передачи мяча через сетку. 	<ul style="list-style-type: none"> - Техничко-тактические действия, состоящие из приёма, паса и передачи мяча через сетку, нападающий удар 	<ul style="list-style-type: none"> - Прямая и боковая подача снизу в различные зоны площадки; - Прямой и обманный нападающий удар; - Индивидуальное блокирование в зонах 2, 3, 4; - Страховка партнера, самостраховка; - Действия: приёма – передачи – передачи через сетку/ нападающего удара; - Система защиты с передним игроком 	<ul style="list-style-type: none"> - Простейшие командные технико-тактические действия в нападении и защите; - Системы атаки: с одним поднимаящим, с двумя поднимаящими; - Системы защиты: углом вперед, углом назад 	<ul style="list-style-type: none"> - Системы атаки: с одним поднимаящим, с двумя поднимаящими; - Системы защиты: углом вперед, углом назад
Оцениваемые продукты				
<ul style="list-style-type: none"> Элементы и приёмы: - подача мяча двумя руками сверху; - приём мяча двумя руками. Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): отработка технических элементов и приёмов игр во внешкольной деятельности на протяжении указанного периода. 	<ul style="list-style-type: none"> Элементы и приёмы: - пас двумя руками сверху с различными траекториями; - подача снизу в цель. Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): отработка технических элементов и приёмов игр во внешкольной деятельности на протяжении указанного периода. 	<ul style="list-style-type: none"> Элементы и игра: - атакующий удар; - двусторонняя игра. Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): отработка игры в рамках школьной и внешкольной деятельности на протяжении указанного периода. 	<ul style="list-style-type: none"> Элементы и судейство: - атакующий удар в определенные зоны; - судейство игры. Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): использование игры в рекреативной и повседневной деятельности на протяжении указанного периода. 	<ul style="list-style-type: none"> Организация и управление: - организация и проведение одной учебной части урока; - организация и руководство спортивным соревнованием. Дневник двигательной деятельности ученика (в графической/цифровой форме): использование игры в рекреативной и повседневной деятельности на протяжении указанного периода.

Рекомендуемые виды учебной деятельности		
Уровень А	Уровень В	Уровень С
<p>Специфическая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение положения 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; - отработка и демонстрация технических приёмов и способов, характерных для игры, в различных положениях и в сочетании с различными движениями тела; - отработка элементов владения и манипулирования мячом с помощью упражнения, эстафет, подвижных, подготовительных и обычных игр (с заданиями); - развитие специфических двигательных качеств (скоростных, координационных) посредством технических приёмов и способов игры. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использование различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры и т. д.) на уровне группы/класса; - индивидуальный/групповой/коллективный проект: постер/афиша/баннерная реклама: улучшение состояния здоровья посредством регулярного участия в двигательной деятельности (в графической/цифровой форме); 	<p>Специфическая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение технических приёмов и способов, характерных для игры, объединение их в отдельные индивидуальные тактические действия и для 2/3 игроков, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - отработка технических приёмов и способов, характерных для спортивной игры, в сложных структурах с мячом и без мяча; - 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); - развитие специфических двигательных качеств (сила – скорость, специфические координационные способности) посредством подвижных, подготовительных и двусторонних игр. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; 	<p>Специфическая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок технических приёмов и способов, объединение их в отдельные индивидуальные и коллективные технико-тактические действия/системы игры в нападении и защите, возможно с видео/цифровой поддержкой; - отработка и совершенствование технических приёмов и способов посредством тактических игровых ситуаций в специально адаптированных условиях, - отработка технических приёмов и способов/тактических действий – в индивидуальных и коллективных – в нападении и защите посредством подготовительных, двусторонних и соревновательных игр; - развитие специфических двигательных качеств (сила – скорость, выносливость, специфические координационные способности) посредством технико-тактической подготовки/технических полос. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, болельщик, судья и т. д.) в воспитательной и повседневной деятельности;

<p>- обучение посредством рабочих заданий: определение безопасных условий, способов личной защиты и других окружающих во время занятий спортивными играми;</p> <p>- воркшоп: обмен передовым опытом в отношении определения мест и игр, которые можно практиковать вместе с друзьями/семьей.</p>	<p>- индивидуальный/групповой/коллективный проект: рекламный плакат/постер/баннерная реклама: влияние игр на эмоциональное состояние человека, его личное удовлетворение и удовольствие (в графической/цифровой форме);</p> <p>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в освоении технико-тактических элементов и приёмов, характерных для спортивной игры;</p> <p>- воркшоп: обмен передовым опытом относительно развития соревновательной деятельности, связанной со спортивными играми в школе и вне школы.</p>	<p>- индивидуальный/групповой/коллективный проект: рекламный плакат/постер/баннерная реклама: соревновательная деятельность (в графической/цифровой форме);</p> <p>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в освоении технико-тактических элементов и приёмов, характерных для спортивной игры;</p> <p>- воркшоп: обмен передовым опытом в контексте организации и судейства соревнований, характерных спортивным играм, волонтерства в повседневной деятельности.</p>
--	--	--

V.2. Модули по выбору

Модуль ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦА

ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание</p> <p>Народный танец Хора 2/4:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ритм и подсчёт; - Основные шаги, характерные хоре; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку; - Исполнение шага в полукруге, круге, по линии; - Танцевальные шаги в парах; - Народные региональные танцы (русские, гагаузские, украинские и т. д.) 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание</p> <p>Народный танец Сырба:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ритм и подсчёт; - Основные шаги, характерные сырбе; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку; - Исполнение шага в полукруге, круге, по линии; - Танцевальные шаги в парах; - Народные региональные танцы (русские, гагаузские, украинские и т. д.) 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание</p> <p>Народный танец Хостропэц:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ритм и подсчёт; - Основные шаги, характерные хостропэцу; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку; - Исполнение шага в полукруге, круге, по линии; - Танцевальные шаги в парах; - Народные региональные танцы (русские, гагаузские, украинские и т. д.)
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основной шаг: шаг, характерный хоре. <p>Проект: Народная одежда (костюмы)ю</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг: шаг, характерный сырбе. <p>Проект: Народные региональные танцы.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг: шаг, характерный хостропэцу. <p>Проект: Народные танцы, характерные культурным фольклорным событиям.</p>

ЭЛЕМЕНТЫ СПОРТИВНОГО ТАНЦА

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание</p> <p>Медленный вальс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные шаги: вальса с поворотами, вальсового «квадрата»; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку, перемененно; - Исполнение шагов в парах 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание</p> <p>Вальс в парах:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные шаги: вальса, вальса с поворотами, вальсового «квадрата»; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку, перемененно; - Исполнение шагов в полукруге, в круге и по линии 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание</p> <p>Танец <i>Венский вальс</i> в парах:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные шаги: вальса, вальса с поворотами; - Сочетание шага с движениями руками; - Координация рук с шагом; - Исполнение элемента под ритм, музыку; - Исполнение шагов в полукруге, в круге и по линии
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг: шаг вальса. <p>Проект: Виды вальса.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основной шаг: шаг вальса с поворотом. <p>Проект: Ритм шагов вальса.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Вальс по кругу в парах. <p>Проект: Композиционная структура вальса.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p>Специфическая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение различных двигательных действий, различия и сходства между движениями в танцевальных упражнениях, возможно, с видео/цифровой поддержкой; 	<p>Специфическая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов танца в многообразии, в комплексе связок, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных танцевальных элементов в различных комбинациях из 3-6 элементов в индивидуальных и групповых комплексах. 	<p>Специфическая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов танца, построение их в индивидуальных и групповые конкурсные комплексы связок, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка индивидуальных комплексов на конкурсной основе;

<ul style="list-style-type: none"> - совершенствование и отработка различных основных движений тела элементами танца. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (помощник учителя, модель) в специфических для танца действиях на уровне группы/класса; - обучение на рабочих заданиях; выявление возможностей занятий танцами в школе, семье, обществе. 	<p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных танцевальных мероприятиях на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих заданий: разнообразие в характере выполнения элементов танца. 	<p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.), характерных танцу, в воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих заданий: составление групповых танцевальных комплексов для участия в конкурсах.
---	--	--

Модуль ИНДИВИДУАЛЬНАЯ СПОРТИВНАЯ ИГРА

БАДМИНТОН

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: игровое поле, сетка, подача и очки, сет, матч</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные стойки/положения; - Перемещения; - Хватка ракетки; - Упражнения для аккомодации ракетки и волана; - Удар справа и слева; - Высоко-дальняя подача 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: ошибки подачи/повторы, штрафные очки</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перемещения приставными шагами в сторону, вперед, назад; - Удары на различных расстояниях и направлениях, удары от груди; - Атакующий удар с места и с прыжка; - Высоко-дальняя и коротко-близкая подача; - Короткий и длинный атакующий удар/смэш 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: подачи и приёмы в парной игре, назначение очков</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Удары от груди, справа, слева, дроп, смэш; - Расстановки на площадке в парной игре: боковая, вперед-назад, круговая; - Атакующий удар по оставшимся свободным местам; - Высоко-дальняя и коротко-близкая подача; - Возвращение из зоны крайней линии корта по длине всей линии

Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - удары справа/слева; - подача на точность. <p>Проект: Эволюция игры и правил в бадминтон.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - техника нападающего удара с места; - подача в установленные зоны. <p>Проект: Техничко-тактические элементы игры.</p>	<p>Элементы, игра и судейство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - атакующие удары и приёмы; - двусторонняя игра. <p>Организация и судейство соревнования.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение положений и движений сегментов тела при выполнении технических элементов и приёмов, характерных для игры, возможно с видео/цифровой поддержкой; - отработка и демонстрация технических элементов и приёмов, характерных для игры, в различных положениях и в сочетании с различными движениями тела. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры и т. д.) в частях/фрагментах урока на уровне группы/класса; <p>определение посредством рабочих заданий: средств индивидуальной защиты и окружающих во время занятий спортивной игрой в процессе обучения.</p>	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приёмов, характерных для игры, построение их в тактические действия, возможно с видео/цифровой поддержкой; - выполнение технических элементов и приёмов в комплексных структурах обучающих игр. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры, капитан команды, судья и т. д.) в деятельности, характерной спортивной игре, на уровне группы/класса /школы; <p>обучение посредством рабочих заданий: оценка собственных достижений по освоению технических элементов и приёмов спортивной игры.</p>	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок в выполнении технических элементов и приёмов, возможно с видео/цифровой поддержкой; - отработка и совершенствование технических элементов и приёмов посредством решения игровых тактических ситуаций в специально адаптированных условиях, двусторонние и соревновательные игры. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры, капитан команды, судья и т. д.) в воспитательной и повседневной деятельности; <p>обучение посредством рабочих заданий: моделирование специфических средств по обучению и совершенствованию технических элементов и тактических действий.</p>

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: теннисный стол, сетка, подача и очки, сет, матч и порядок игры</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основное положение/стойка; - Классическая хватка ракетки; - Упражнения с ракеткой и мячом; - Прямые удары, удары накатами слева и справа; - Подача ударом справа и слева с различной стойкой по отношению к столу 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: ошибки при подаче, приёме, смена площадок</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перемещения приставными шагами в стороны, вперед и назад; - Упражнения с ракеткой и мячом; - Прямые и плоские удары справа и слева; - Подача с вращением с короткой, средней и длинной траекторией; - Приём правой и левой подачи 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: подача и приём в парной игре, зачёт очков</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Передвижения в парной игре: по формуле «0», в форме «Т», параллель «=»; - Плоские удары с нижним вращением справа и слева; - Подача с нижним вращением справа и слева; - Прием топ-спина справа и слева
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прямые удары, удары справа и слева; - подача на точность. <p>Проект: Эволюция игры и правил в настольном теннисе.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - плоские удары; - вращающаяся подача на точность. <p>Проект: Техничко-тактические элементы игры.</p>	<p>Элементы, игра, судейство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нападающий удар и приём; - двусторонняя игра. <p>Организация и судейство игры/соревнований.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение положений и движений сегментов тела при выполнении технических элементов и приёмов, характерных для игры, возможно с видео/цифровой поддержкой; 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приёмов, характерных для игры, построение их в тактические действия, возможно с видео/цифровой поддержкой; 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок в выполнении технических элементов и приёмов, возможно с видео/цифровой поддержкой;

<p>- отработка и демонстрация технических элементов и приёмов, характерных для игры, в различных положениях и в соотетании с различными движениями тела.</p> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <p>- исполнение различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры и т. д.) в частях урока на уровне группы/класса;</p> <p>- обучение на рабочих заданиях: определение безопасных условий, средств индивидуальной защиты и окружающих во время занятий спортивной игрой в процессе обучения.</p>	<p>- выполнение технических элементов и приёмов в комплексных структурах обучающих игр.</p> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <p>- исполнение различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры, капитан команды, судья и т. д.) в деятельности, характерной спортивной игре, на уровне группы/класса/школы;</p> <p>- обучение посредством рабочих заданий: оценка собственных достижений по освоению технических элементов и приёмов спортивной игры.</p>	<p>- отработка и совершенствование технических элементов и приёмов посредством решения игровых тактических ситуаций в специально адаптированных условиях, двусторонние и соревновательные игры.</p> <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <p>- исполнение различных ролей (помощник учителя, модель, ведущий игры, капитан команды, судья и т. д.) в воспитательной и повседневной деятельности;</p> <p>- обучение посредством рабочих средств моделирование специфических средств по обучению и совершенствованию технических элементов и тактических действий.</p>
--	--	--

ШАШКИ

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: доска, фигуры, размещение фигур на игровой доске, перемещения фигур, превращение в дамку, ходы дамок, главная диагональ, двойники, тройники, ничья, выигрыш, проигрыш, нотация</p> <p>Практическое содержание:</p> <p>- Дебют: классификация дебютов; правила передвижения шашек;</p>	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры</p> <p>Практическое содержание:</p> <p>- Дебют: Кол, Отказной отыгрыш, Городская партия, Обратная городская партия;</p> <p>- Серединная игра: значимость полей d4, f4 (с5, е5), активные поля, связки, изолированные шашки, фланги – недопустимость ослабления флангов, расчёт и план – фундаментальные понятия;</p>	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <p>- Дебют: Игра Бодянского, Игра Каулена, Игра Шмуляна, Вилка;</p> <p>- Серединная игра: преимущество центральных шашек по отношению к крайним, изолированные шашки, колоны, сито, мостик, барьер, жертва;</p> <p>- Финал: борьба шашек, обмен шашками, самобаррикадирование, граница, вилка, зажим</p>

<p>- Серединная игра: определение комбинации, идея и механизм комбинации, значимость колон, золотая шашка;</p> <p>- Финал: переход в дамку; разнообразие целей; ловушки для захвата дамки; четыре дамки против одной дамки; три дамки против одной дамки, сражение шашек, обмен шашками</p>	<p>- Финал: три дамки против одной дамки и одной шашки, борьба шашек, обмен шашками, темп, противостояние, блокирование шашек</p>	
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходы, захваты и переводы/превращения шашек; - простые цепочки. <p>Проект: Игра в шашки в античные времена.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решение ситуаций преимуществва; - практическая игра. <p>Проект: Игра в шашки в Молдове.</p>	<p>Элементы, игра, судейство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - варианты дебютов игры; - практическая игра. <p>Организация и судейство соревнований.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементарных ходов, характерных для игры, возможно с видео/цифровой поддержкой; - выполнение и демонстрация простых игровых моделей в разнообразии. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (помощь учителя, модель, ведущий игры и т. д.) в рамках структуры урока на уровне группы/класса; - обучение посредством рабочих заданий: определение безопасных условий, способов личной защиты и окружающих во время игры в процессе учебной деятельности. 	<p>Специфические виды деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов дебютной, серединной и финальной игры, их соединение в цепочки тактических действий, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - отработка элементов дебюта, серединной и финальной части игры, обучающие/соревновательные игры. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отработка различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в определенных видах деятельности на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении тактических действий, характерных для игры. 	<p>Специфические виды деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок применения стратегии борьбы, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - занятия игрой в соревновательных и рекреативных условиях. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отработка различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.), характерных воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих заданий: моделирование специфических средств для изучения/совершенствования тактических действий игры.

ШАХМАТЫ

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: геометрия шахматной доски; поля и их названия; шахматные фигуры; перемещение ладьи, коня, слона, ферзя, короля, пешки; захват шахматных фигур, шах и мат</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Начало: классификация начал, как начать игру, правила перемещений; - Серединная игра в атаке и защите, тактические приемы: тактические удары, атака и защита, линейная атака, сгруппированная атака, двойная атака, атака открытием, тактические приемы; - Финал: линейный мат; мат ферзём и королем против короля 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: значение и ценность фигур, превращение пешки, ничья и пат, рокировка и случаи, когда рокировка запрещена.</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Начало: малый центр и большой центр, варианты начала; - Серединная игра: комбинации, жертвы, принудительный вариант, блокировка и освобождение поля, устранение защитника, атака короля противника; - Финал: мат королём и ладьёй 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: возможности защиты при шахе, решение задач мата одним перемещением, шахматная нотация</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Начало: варианты начал, типичные ошибки; - Серединная игра: оценка позиции и план игры, перекрытие и освобождение линий, решение комбинаций, мобильность фигур, структура из пешек; - Финал: мат 2 слонами, оппозиция, реализация материального превосходства
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - азбука игры; - начало игры и развитие. <p>Проект: Шахматы – спорт интеллектуалов.</p>	<p>Элементы и игра:</p> <ul style="list-style-type: none"> - начало партии и изучение одного из вариантов; - практическая игра. <p>Проект: Шахматы в Молдове.</p>	<p>Элементы, игра и судейство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шахматная нотация. - практическая игра. <p>Организация и судейство соревнований.</p>

Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементарных ходов, характерных для игры, возможно с видео/цифровой поддержкой; - выполнение и демонстрация простых игровых моделей в разнообразии. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (помощь учителя, модель, ведущий игры и т. д.) в рамках структуры урока на уровне группы/класса; - обучение посредством рабочих заданий: определение безопасных условий, способов личной защиты и окружающих во время игры в процессе учебной деятельности. 	<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов дебютной, серединой и финальной частей игры, их связи в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - отработка элементов, дебюта, серединой и финальной частей игры, обучающие/соревновательные игры. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - отработка различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в определённых видах деятельности на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении тактических действий, характерных для игры. 	<p><i>Специфические виды деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок применения стратегии борьбы, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - занятия игрой в соревновательных и рекреативных условиях. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - отработка различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.), характерных воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих заданий: моделирование специфических средств для изучения/совершенствования тактических действий игры.

Модуль РЕКРЕАТИВНЫЙ ВИД СПОРТА

ФИТНЕС/АЭРОБИКА

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <p><i>Силовой фитнес:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Положения на снарядах, виды хватов; - Подготовительные упражнения; - Упражнения для мышц рук; - Упражнения для мышц груди и плеч (толчки и отжимания с отягощениями); - Упражнения для мышц спины (отжимания с отягощениями); - Упражнения для мышц бедра, голени (разгибания, сгибания). <p><i>Фитнес-аэробика:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Упражнения с собственным весом тела, эластиком, на воздухе, индивидуально и в группах 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <p><i>Силовой фитнес:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Подготовительные упражнения; - Комплекс упражнений для больших и средних мышечных групп (плечи, грудь, квадрицепс, спина); - Комплекс упражнений для грудных мышц; - Комплекс упражнений для малых мышечных групп (бицепс, трицепс, бедренный бицепс, икры); - Комплекс для мышц бедра. <p><i>Фитнес-аэробика:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Упражнения с собственным весом тела, эластиком, на воздухе, индивидуально и в группах 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <p><i>Силовой фитнес:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Подготовительные упражнения; - Комплекс упражнений для больших и средних мышечных групп (плечи, грудь, квадрицепс, спина); - Комплекс упражнений для грудных мышц; - Комплекс упражнений для малых мышечных групп (бицепс, трицепс, бедренный бицепс, икры); - Комплекс для мышц бедра. <p><i>Фитнес-аэробика:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Упражнения с собственным весом тела, эластиком, на воздухе, индивидуально и в группах
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и комплексы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения и хваты; - представление трёх упражнений для развития каждой группы мышц. <p>Проект: Специфические движения для развития мышц рук.</p>	<p>Элементы и комплексы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для мышечных групп; - комплекс упражнений с собственным телом. <p>Проект: Дозировка нагрузки для тренировочного занятия.</p>	<p>Элементы и комплексы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - комплексы упражнений для развития отдельных мышечных групп. <p>Проект: Дозировка нагрузки на определённый период.</p>

Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений, различия и сходства между движениями в упражнениях аэробики и фитнеса, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных основных движений тела посредством элементов аэробики и фитнеса. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (управление группой, модель) в конкретных занятиях аэробикой и фитнесом на уровне группы/класса; - обучение посредством рабочих заданий: определение возможностей для занятий аэробикой и фитнесом в школе, семье, обществе. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов аэробики и фитнеса в разнообразии связок комплексов, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных элементов аэробики и фитнеса в различных связках/сочетаниях из 3-6 элементов в индивидуальных и групповых комплексах. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных занятиях аэробикой и фитнесом на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих заданий: выявление разнообразия выполнения элементов аэробики и фитнеса. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение и объяснение элементов аэробики и фитнеса, построение их в индивидуальные и групповые конкурсные комплексы, возможно с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка комплексов аэробики и фитнеса, индивидуальных и групповых, в конкурсной форме. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, репортёр-комментатор и т. д.), характерных для занятий аэробикой и фитнесом, в воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих заданий: групповое составление комплексов аэробики и фитнеса для участия в конкурсах.

ПЛАВАНИЕ

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Подготовительные упражнения на суше; - Вспомогательные упражнения на краю бассейна; 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Подготовительные упражнения на суше; - Дыхание пловца; 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Координация движений ног с движениями рук и дыханием в стилях кроль на груди, брас, кроль на спине, баттерфляй;

<ul style="list-style-type: none"> - Привыкание к воде; - Поплавок, скольжение, погружение; - Дыхание пловца; - Движения руками; - Движения ногами; - Старт в воде 	<ul style="list-style-type: none"> - Движения руками стилем кроль на груди, брас, кроль на спине; - Движение ногами стилем кроль на груди, брас, кроль на спине; - Координация движений руками с движениями ногами и с дыханием в стиле кроль на груди, брас, кроль на спине; - Повороты; - Старт с бортика/гумбы 	<ul style="list-style-type: none"> - Исправление ошибок, присущих технике стилей кроль на груди, брас, кроль на спине, баттерфляй; - Старт с тумбочки; - Индивидуальные смешанные стили: баттерфляй, кроль на спине, брас и кроль на груди; - Прикладное плавание: брас на спине, плавание на боку, подводное плавание, спасение утопающего
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - движения руками стилями плавания; - движения ногами стилями плавания. <p>Проект: Формы занятий плаванием.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - техника плавания кролем на груди; - техника плавания брасом. <p>Проект: Техника стилей плавания.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - техника плавания баттерфляем; - техника плавания по спасению утопающего. <p>Организация и судейство соревнований.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение положения и движений сегментов тела при выполнении технических элементов и приёмов, характерных для плавания, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - выполнение и демонстрирование технических элементов и приёмов, характерных для плавания, в разных положениях и в сочетании с различными движениями тела. 	<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов для плавания, приёмов, характерных для плавания, с их связок в водной среде, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - отработка технических элементов и приёмов, специфичных для плавания, в сложных структурах и обучающих играх. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (лидер, учитель, руководитель, помощник и т. д.) в определенных видах плавания на уровне группы/класса/школы; 	<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок в выполнении технических элементов и технических приёмов плавания, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - выполнение и совершенствование технических элементов и приёмов в специально адаптированных условиях, играх и в соревновательной деятельности. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (лидер, учитель, руководитель, помощник и т. д.), характерных плаванию, в воспитательной и повседневной деятельности;

<p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (учитель, модель и т. д.) в частях урока на уровне группы/класса; - обучение посредством рабочих заданий: определение безопасных условий, средств индивидуальной защиты и окружающих во время плавания в процессе учебной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - обучение посредством рабочих заданий: оценка собственного прогресса в изучении технических элементов и технических приемов плавания 	<ul style="list-style-type: none"> - обучение посредством рабочих заданий: моделирование специфических средств для изучения/совершенствования технических элементов плавания.
---	---	--

ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности в рамках деятельности пешеходного туризма</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Коллективное туристическое снаряжение; - Индивидуальное туристическое снаряжение; - Специальное туристическое снаряжение; - Ориентация по компасу, карте, природным элементам; - Техника перемещения и преодоления естественных и искусственных препятствий: растительность лесов, болота, пешеходные препятствия; - Туристические экскурсии 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Коллективная, индивидуальная и специальная экипировка; - Несчастные случаи в пешеходной туристической деятельности; - Туристическая техника: установка палаток, узлов, расстановка вещей в рюкзаке, ориентирование по топографическим элементам, транспортировка пострадавших; - Техника и тактика пешеходного тура. - Туристический бивуак; - Техника перемещения и обхода естественных и искусственных препятствий; - Питание в туристических походах; - Познавательный туристический поход 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Несчастные случаи и их предупреждение в рамках туристической деятельности; - Планирование туристического похода; - Ответственность в рамках походной деятельности; - Техника и тактика пешеходного туризма; - Полоса препятствий; - Спортивное ориентирование; - Спортивный туристический поход.

Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - завязывание узлов; - ориентирование по компасу. <p>Проект: Формы занятий туризмом.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - установка палаток; - техника преодоления препятствий. <p>Проект: Технические элементы пешеходного туризма.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - спортивное ориентирование; - спортивный туристический поход. <p>Проект: Особенности конкурсных полос по технике пешеходного туризма.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов пешеходного туризма, выполнение определённых технических элементов и приёмов, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - отработка и демонстрация элементов и приёмов, характерных для пешеходного туризма, в специально адаптированных условиях. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель и т. д.) в последовательности урока на уровне группы/класса; - обучение посредством рабочих задач: определение безопасных условий, способов личной защиты и окружающих во время пешеходного туризма и во время учебной деятельности. 	<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение технических элементов и приёмов, характерных для пешеходного туризма в познавательно-развлекательной деятельности, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - отработка технических элементов и приёмов, характерных для пешеходного туризма, в сложных контекстах: играх и прикладных трассах/полосах. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - отработка различных ролей (лидер, учитель, руководитель, капитан команды, сторонник, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для пешеходного туризма, на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих задач: оценка собственного прогресса в изучении элементов и приёмов, характерных для пешеходного туризма. 	<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок в выполнении технических элементов и приёмов, характерных для пешеходного туризма, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - выполнение и совершенствование технических элементов и приёмов посредством разрешения ситуаций в специально адаптированных условиях и конкурсах. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - отработка различных ролей (лидер, учитель, руководитель, капитан команды, сторонник, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для пешеходного туризма, в рамках воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих задач: моделирование специфических средств для изучения/совершенствования технических элементов пешеходного туризма.

Модуль ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВИД СПОРТА

АРИМРЕСТЛИНГ

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Подготовка скелетно-мышечной системы; - Основные стойки/положения; - Положение ног в зависимости от техники борьбы; - Виды хватов: открытые, закрытые, низкие, высокие; - Техника борьбы: боковая, верхняя, крючок; - Техника Дыхания; - Техники выхода из опасной ситуации; - Финальное усилие 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Подготовка скелетно-мышечной системы; - Основные стойки и положения ног в зависимости от техники борьбы; - Техника борьбы «бокком»; - Техника борьбы «крючком»; - Техника борьбы «сверху»; - Техники выхода из опасной ситуации; - Финальное усилие 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Подготовка скелетно-мышечной системы; - Основные стойки и специфические движения; - Техника борьбы «бокком»; - Техника борьбы «крючком»; - Техника борьбы «сверху»; - Техники выхода из опасной ситуации; - Финальное усилие
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды хватов; - техника борьбы: сбоку. <p>Проект: Движения, характерные технике борьбы «бокком».</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - техника борьбы: сверху, крючком. <p>Элементы и приёмы:</p> <p>Проект: Подготовка скелетно-мышечной системы.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - техника борьбы: боковая, сверху, крючком. <p>Проект: Подготовка скелетно-мышечной системы в зависимости от техники борьбы.</p>

Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений, различия и сходства между движениями в упражнениях для армрестлинга, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных основных движений тела посредством элементов армрестлинга. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (управление, модель) в занятиях, характерных для армрестлинга, на уровне группы/класса; - обучение посредством рабочих заданий: определение возможностей для занятий армрестлингом в школе, семье, обществе. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов армрестлинга в разнообразии связок комплексов, возможно с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных, а элементов армрестлинга в различных связках комплексов. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных занятиях армрестлингом на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих заданий: выявление разнообразия выполнения элементов армрестлинга. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок в выполнении технических элементов и приёмов, характерных для армрестлинга, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка техник армрестлинга в соревновательной форме. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.), характерных для занятий армрестлингом, в воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих заданий: определение средств совершенствования техники элементов армрестлинга для участия в конкурсах.

ЭЛЕМЕНТЫ ТАЕКВОНДО WT

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные стойки/положения. <i>Seogi: ap, ruonhi, junbi, juchum, kkaeo, ap; Kubi: ap, dwi;</i> 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные стойки/положения. <i>Seogi: Kubi;</i> - Техника рук: <i>Makki: arae, an, olgul, bakkat, palmok, hansonnal; Jireugi: montong, olgul, duboom; Chigi: sonnol, bakkat sonnol, ruonsonkiket;</i> 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные стойки/положения. <i>Seogi: Kubi;</i> - Техника рук: <i>Makki, Jireugi, Chigi;</i> - Техника движений ногами: <i>Ap, Dollyo, Yop, Dwi, Naeryo, Mondollyo, Bandal, Dwi huryo, Pyojeok;</i>

<ul style="list-style-type: none"> - Техника рук: <i>Maekki</i>: agae an, olgul, bakkat; <i>Jireugi</i>: montong, olgul, dubeom; <i>Chigi</i>: sonnal; - Техника движений ногами: Ap, Dollyo, Yop, Dwi, Naeryo; - Точность и ритмичность в выполнении движений; - Координация движений с дыханием; - Комплексы движений «ROOMSAE»: taeguk il jang, taeguk i jang 	<ul style="list-style-type: none"> - Техника движений ногами: Ap, Dollyo, Yop, Dwi, Naeryo, Mondollyo; - Точность и ритмичность в выполнении движений; - Координация движений с дыханием; - Комплексы движений «ROOMSAE»: taeguk sam jang, taeguk sa jang 	<ul style="list-style-type: none"> - Точность и ритмичность в выполнении движений; - Координация движений с дыханием; - Комплексы движений «ROOMSAE»: taeguk oh jang, taeguk yuk jang
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и комплексы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные стойки/положения; - комплексы движений «ROOMSAE»: taeguk i jang. <p>Проект: Taekwondo — стиль жизни и искусство.</p>	<p>Элементы и комплексы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - движения руками и ногами; - комплексы движений «ROOMSAE»: taeguk sam jang. <p>Проект: Техника выполнения комплексов движений.</p>	<p>Элементы и комплексы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - комплексы движений «ROOMSAE»: taeguk oh jang; - комплексы движений «ROOMSAE»: taeguk yuk jang. <p>Проект: Судейство выполнения движений «ROOMSAE».</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений, различия и сходства между движениями в упражнениях taekwondo, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных основных движений тела посредством элементов taekwondo. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (управление, модель) в занятиях, характерных для taekwondo, на уровне группы/класса; 	<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов taekwondo в разнообразии связок комплексов, возможно с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных элементов taekwondo в различных связках комплексов. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных занятиях taekwondo на уровне группы/класса/школы; 	<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок в выполнении технических элементов и приёмов, характерных для taekwondo, возможно с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка техник taekwondo в соревновательной форме. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.), характерных для занятий taekwondo, в воспитательной и повседневной деятельности;

- обучение посредством рабочих заданий: определение возможностей для занятий taekwondo в школе, семье, обществе.	- обучение посредством рабочих заданий: выявление разнообразия выполнения элементов taekwondo.	- обучение посредством рабочих заданий: определение средств совершенствования техники элементов taekwondo для участия в соревнованиях.
--	--	--

ЭЛЕМЕНТЫ ВОЛЬНОЙ БОРЬБЫ/ДЗЮДО

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные положения; - Перемещения; - Хват/захват; - Дисбалансы/потеря равновесия; - Фиксация/иммобилизация; - Падения/страховка; - Техника на ковре: мост борца, перекаты, кувырки, перевороты; - Техника борьбы в стойке на ногах: перемещения по ковру; - Специфические тактические действия посредством элементарных технико-тактических комбинаций, соответствующих освоенным техническим приёмам 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные положения и перемещения; - Хваты/захваты, «ключи»; - Потери равновесия, фиксация, иммобилизация, падения, страховка; - Техника борьбы на ковре: мост борца; перекаты: со спины на руку и обратно на ногу, перевороты; - Техника борьбы в стойке на ногах: переводы на ковер различными освоенными приёмами; - Специфические тактические действия: простейшие технико-тактические комбинации на основе освоенных приёмов, тактические действия в зависимости от индивидуальных качеств 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные положения и перемещения; - Хваты/захваты, «ключи»; - Дисбаланс/вывод из равновесия, падения, фиксация; - Техника на ковре: мост, перекаты, перевороты; - Техника ногами: сбивание; перевороты; сваливание на ковер с фиксацией - Техника бедер, с фиксацией одной ноги, с фиксацией руки; - Специфические тактические действия: технико-тактические комбинации на основе изученных приёмов; тактические действия в зависимости от уровня собственных качеств; тактические действия в зависимости от качеств или недостатков противника

Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мост (мостик); - потеря равновесия и падения; <p>Проект: Преимущество занятий вольной борьбой/дзюдо. История спорта вольной борьбы/дзюдо.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - хвататы/захваты, ключи и фиксации; - потери равновесия и падения. <p>Проект: Элементы и приёмы вольной борьбы/дзюдо.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - техника на ковре, перекаты со спины; - техника ногами: сваливание на ковёр с фиксацией обеих бедер, с фиксацией одной ноги. <p>Организация и судейство соревнований.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений, различия и сходства между движениями в упражнениях вольной борьбы/дзюдо, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных основных движений тела посредством элементов вольной борьбы/дзюдо. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (управление, модель) в занятиях, характерных вольной борьбе/дзюдо, на уровне группы/класса; - обучение посредством рабочих заданий: определение возможностей для занятий вольной борьбой/дзюдо в школе, семье, обществе. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов вольной борьбы/дзюдо в разнообразии связей комплексов, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных элементов вольной борьбы/дзюдо в различных связках комплексов. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в рамках занятий, характерных вольной борьбе/дзюдо, на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих заданий: выявление разнообразия выполнения элементов вольной борьбы/дзюдо. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок в выполнении технических элементов и приёмов, характерных для вольной борьбы/дзюдо, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка техники вольной борьбы/дзюдо в соревновательной форме. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.), характерных для занятий вольной борьбой/дзюдо, в воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих заданий: определение средств совершенствования техники и элементов вольной борьбы/дзюдо для участия в конкурсах.

Модуль НАЦИОНАЛЬНЫЙ ВИД СПОРТА

МЕТАНИЕ БУЗДУГАНА

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основная стойка/положение; - Хват буздугана; - Упражнения по манипуляции буздуганом; - Техника метания буздугана; - Метание буздугана в горизонтальную цель 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основная стойка/положение; - Хват буздугана; - Упражнения по манипуляции буздуганом; - Техника метания буздугана; - Метание буздугана на расстояние 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основная стойка/положение; - Хват буздугана; - Упражнения по манипуляции буздуганом; - Техника метания буздугана; - Метание буздугана в высоту
Оцениваемые продукты		
<p>Вид и результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> - метание буздугана в горизонтальную цель. <p>Проект: Метание буздугана — национальный вид спорта.</p>	<p>Вид и результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> - метание буздугана на расстояние. <p>Проект: Метание буздугана – формы соревнований.</p>	<p>Вид и результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> - метание буздугана в высоту <p>Проект: Соревнования и национальные региональные традиции.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение различных движений, различия и сходства между движениями в упражнениях на метание буздугана, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных основных движений тела посредством элементов для метания буздугана. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов для метания буздугана в разнообразии связей комплексов, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных элементов для метания буздугана в различных связках комплексов. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок в выполнении технических элементов и приёмов, характерных для метания буздугана, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка техники метания буздугана в соревновательной форме.

<p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (управление, модель) в занятиях, характерных метанию буздугана, на уровне группы/класса; - обучение посредством рабочих заданий: определение возможностей для занятий по метанию буздугана в школе, семье, обществе. 	<p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в рамках занятий, характерных для метания буздугана, на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих заданий: выявление разнообразия выполнения элементов по метанию буздугана. 	<p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.), характерных для занятий по метанию буздугана, в воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих заданий: определение средств совершенствования техники элементов по метанию буздугана для участия в соревнованиях.
--	---	--

ОЙНА

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: игровое поле, клюшка, мяч, проход через коридор, удары противника</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перемещения; - Хватка мяча, клюшки; - Ловля, передача мяча; - Подача и удар по мячу; - Проход по коридору; - Удар по противнику; - Индивидуальная защита; - Расстановка по функциям. 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: вход в коридор туда и обратно</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ловля мяча после удара; - Ловля и передача мяча в треугольник и квадрат; - Подача и удары по мячу; - Проход через коридор; - Блокировка мяча (остановка мяча); - Коллективная защита; - Тактика игры при ловле 	<p>Преимущества практики: меж/трандисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Правила игры: экипировка судьи, жестикуляция судьи</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Метание мяча на дальность; - Ловля мяча после удара клюшкой; - Ловля и передача мяча в треугольник и квадрат; - Прорбитие мяча на дальность; - Тактика прохода через коридор; - Блокировка мяча (остановка мяча); - Коллективная защита; - Тактика игры при ловле

Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - метание мяча в цель (круг Ø 0,7 м); - передачи в двойках на 12 м (1 мин.). <p>Проект: Эволюция игры Ойна.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пробивание мяча на дальность в длину; - передачи в двойках на 15 м (1 мин.). <p>Проект: Техничко-тактические элементы и приёмы игры Ойна.</p>	<p>Элементы, игра и организация:</p> <ul style="list-style-type: none"> - метание мяча на дальность: 40, 50, 60 м; - пасы в двойках на 16 м (1 мин.); - двусторонняя игра. <p>Организация и судейство соревнований.</p>
Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение положения и движений сегментов тела при выполнении технических элементов и приёмов, специфичных для игры, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - отработка и демонстрация технических элементов и приёмов, характерных для игры, в разных положениях и в сочетании с различными движениями тела. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (учитель, модель, ведущий игры и т. д.) в структуре групповых/классных занятий; - обучение посредством рабочих заданий: определение безопасных условий, средств индивидуальной защиты и окружающих во время игры в процессе обучения. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение техники элементов и приёмов, характерных для игры, их связи в тактических действиях, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - отработка технических элементов и приёмов, характерных для спортивной игры, сложной структуры и обучающих игр. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (лидер, учитель, ведущий игры, капитан команды, помощник, судья и т. д.) в специфических для игры действиях на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих заданий: оценка прогресса в изучении технико-тактических элементов и приёмов, характерных для спортивной игры. 	<p>Специфические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправлении ошибок в выполнении технических элементов и приёмов, характерных для игры Ойна, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - выполнение и совершенствование технических элементов и приёмов посредством разрешения ситуаций в специально адаптированных условиях, двусторонние и соревновательные игры. <p>Предпринимательская деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отработка различных ролей (лидер, учитель, руководитель, капитан команды, сторонник, судья и т. д.) в мероприятиях, характерных для игры Ойна, в рамках воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих задач: моделирование специфических средств для изучения/совершенствования технических элементов и тактических действий.

ТРЫНТА

УРОВЕНЬ А	УРОВЕНЬ В	УРОВЕНЬ С
Единицы содержания		
<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные положения/стойки; - Перемещения; - Дисбалансы/потеря равновесия и падения; - Хваты/захваты рук, пояса, корпуса, головы, ног; - Бросок через плечо, плечи, бедро, спину; - Сочетание простых приёмов хватов/захватов, выведение из равновесия, броски, падения, удержания в положении лежа 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные положения/стойки и перемещения/передвижения; - Хваты/захваты и удержания; - Потеря равновесия и падения; - Хваты/захваты рук, пояса, корпуса, шеи, головы, ног; - Борьбы в стойке на ногах скрестным захватом: бросок и переворот на спину наклоном вперед захватом руки и корпуса; переворот через бедро/спину двойным захватом ног 	<p>Преимущества практики: меж/трансдисциплинарные связи</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Практическое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные положения/стойки и перемещения/передвижения; - Хваты/захваты и удержания; - Потеря равновесия и падения; - Хваты/захваты рук, пояса, корпуса, шеи, головы, ног; - Техника борьбы: скрестным захватом сваливание: наклоном вперед с захватом руки и туловища; двойным захватом ног; захватом руки и туловища по направлению захваченной руки; броском через плечо (мельница)
Оцениваемые продукты		
<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выведение из равновесия и падение хватом за пояс; - переворот через бедро/спину. <p>Проект: Трынта – национальный вид спорта.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выведение из равновесия и падение хватом за пояс; - сваливание и переворот на спину наклоном вперед захватом руки и туловища, падение. <p>Проект: Элементы и приёмы борьбы Трынта.</p>	<p>Элементы и приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выведение из равновесия и падение захватом пояса; - бросок через плечи (мельница). <p>Организация и судейство соревнований.</p>

Рекомендуемые виды учебной деятельности		
<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение различных локомоторных движений, различий и сходств движений в борьбе Трынта, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка различных основных движений тела элементами борьбы Трынта. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (управление, модель) в специфических действиях борьбы Трынта на уровне группы/класса; - обучение посредством рабочих заданий: выявление возможностей для занятий борьбой Трынта в школе, семье, обществе. 	<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение, демонстрация и объяснение элементов борьбы Трынта в разнообразии связок и в комплексах, возможно, с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка разнообразных элементов борьбы Трынта в различных сочетаниях связок и в комплексах. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.) в конкретных видах деятельности борьбы Трынта на уровне группы/класса/школы; - обучение посредством рабочих задач: выполнение разнообразных элементов и приёмов борьбы Трынта. 	<p><i>Специфические действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация, объяснение и исправление ошибок в выполнении технических элементов и приёмов, характерных для борьбы Трынта, возможно с видео/цифровой поддержкой; - совершенствование и отработка техники борьбы Трынта в соревновательной форме. <p><i>Предпринимательская деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение различных ролей (учитель, модель, руководитель группы, спортивный репортёр-комментатор и т. д.), характерных для борьбы Трынта, в воспитательной и повседневной деятельности; - обучение посредством рабочих заданий: определение средств совершенствования техники элементов борьбы Трынта для участия в соревнованиях.

VI. Генеративная матрица меж- и трансдисциплинарных связей

№	Общее содержание	УРОВЕНЬ С1	УРОВЕНЬ С2	УРОВЕНЬ С3
		X класс	XI класс	XII класс
1.	Польза от двигательной деятельности.	Влияние двигательной деятельности на формирование личности человека.	Значения высших спортивных достижений.	Профессиональная ориентация в области физической культуры и спорта.
2.	Человеческий организм и движение.	Физическая активность и обмен веществ. Энергия, необходимая для физической нагрузки.	Тренировка энергогенерирующих систем (аэробные, анаэробные системы).	Питание организма, ежедневный рацион питания. Роль генов в передаче наследственных признаков и спортивных показателей.
3.	Развитие подвижности и средства физического воспитания.	Компоненты физического состояния.	Структура урока физкультуры/ спортивной тренировки.	Планирование средств для развития двигательных навыков на уроке физкультуры/ спортивной тренировки.
4.	Спорт и личность.	Спортивный менеджмент и организационные структуры.	Спонсорство в спорте: преимущества и недостатки.	Финансирование в спорте.
5.	Личность и двигательная деятельность.	Гиподинамика и сидячий образ жизни.	Психологическая напряженность и стресс как решающий фактор спортивных результатов.	Моторная активность как фактор, влияющий на продолжительность жизни.
6.	Самооценка и саморегулирование физической кондиции человека.	Волонтерство в спорте	Организация и проведение учебно-воспитательного процесса в рамках урока физкультуры.	Организация и проведение соревновательных и развлекательных мероприятий.

VII. Методологические основы преподавания – учения – оценивания

Куррикулум определяет следующие положения относительно методологии преподавания – учения – оценивания дисциплины *Физическое воспитание* в X-XII 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 в гимназии и продолжается с уровня С1 для лицейских классов. 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 первичной 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 X-XII 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

Фигура 1. Оценка школьных результатов по дисциплине Физическое воспитание в X-XII 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 ЛИЦЕЙСКОГО ЦИКЛА

Учителя и учащиеся могут использовать двигательные тесты в конце учебного года с целью диагностики/самооценки уровня общей физической подготовки.

№ п/п.	Тесты	Девочки/ Мальчики	Класс	Уровни общей физической подготовленности						
				Высший	Высокий	Средне-высокий	Средний	Средне-низкий	Низкий	Очень низкий
1	Челночный бег: 3x10м(с)	Девочки	X	8,2	8,3	8,4	8,6	8,7	8,8	8,9
			XI	8,1	8,2	8,3	8,5	8,6	8,7	8,8
			XII	7,9	8,1	8,2	8,4	8,5	8,6	8,7
		Мальчики	X	7,6	7,8	7,9	8,0	8,2	8,3	8,5
			XI	7,5	7,6	7,7	7,9	8,0	8,2	8,4
			XII	7,4	7,5	7,6	7,8	7,9	8,0	8,2
2	Подъём туловища из положения лёжа на спине (руки скрестно к плечам, зафиксированы на груди, ноги полусогнуты, зафиксированы неподвижно) в течение 30 с	Девочки	X	24	23	22	20	19	18	17
			XI	25	24	23	21	20	19	18
			XII	26	25	24	22	21	20	19
		Мальчики	X	29	28	26	24	23	22	21
			XI	32	30	28	26	24	23	22
			XII	34	32	30	29	26	24	23
3	Прыжок в длину с места (см)	Девочки	X	190	185	180	175	170	165	160
			XI	190	185	180	175	170	165	160
			XII	195	190	185	180	175	170	165
		Мальчики	X	230	220	210	200	195	190	180
			XI	235	225	220	210	200	195	185
			XII	240	235	225	215	205	200	195
4	Медленный наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке (см)	Девочки	X	+16	+15	+14	+13	+12	+11	+10
			XI	+17	+16	+15	+14	+13	+12	+11
			XII	+18	+17	+16	+15	+14	+13	+12
		Мальчики	X	+14	+13	+12	+10	+9	+8	+7
			XI	+15	+14	+13	+11	+10	+9	+8
			XII	+18	+17	+16	+15	+14	+13	+12

5	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на гимнастической скамейке (кол-во повторов)	Девочки	X	18	17	16	15	14	13	12		
			XI	21	20	18	17	16	15	13		
			XII	22	21	20	18	17	16	15		
					X	16	15	14	13	12	11	10
						15	14	13	12	11	10	9
						14	13	12	11	10	9	8
						13	12	11	10	9	8	7
						12	11	10	9	8	7	6
						11	10	9	8	7	6	5
						10	9	8	7	6	5	4
						9	8	7	6	5	4	3
				8	7	6	5	4	2	1		
6	Подтягивания из виса хватом сверху на перекладине (кол-во повторов) Мальчики	Девочки		16	15	14	13	12	11	10		
				15	14	13	12	11	10	9		
				14	13	12	11	10	9	8		
					XI	13	12	11	10	9	8	7
						13	12	11	10	9	8	7
						12	11	10	9	8	7	6
						11	10	9	8	7	6	5
						10	9	8	7	6	5	4
						9	8	7	6	5	4	3
						9	8	7	6	5	4	3
						8	7	6	5	4	3	2
				18	17	16	15	14	13	12		
				17	16	15	14	13	12	11		
				16	15	14	13	12	11	10		
				15	14	13	12	11	10	9		
				14	13	12	11	10	9	8		
				14	13	12	11	10	9	8		
				13	12	11	10	9	8	7		
				12	11	10	9	8	7	6		
				11	10	9	8	7	6	5		
				10	9	8	7	6	5	4		
				+100 kg								

**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 лицейском цикле образования X-XII классов.

Руководство адресовано учителям среднего образования и руководителям, 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 продвигает ключевые идеи куррикулума: ориентацию на активное обучение, обучение обучаться, формирование компетенций, формирование и развитие личности ученика в единстве социально-психомоторных измерений.

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

- эффективное управление внедрением учебных программ в лицейском 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 и 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 богатой области практики с сильным культурным и социальным участием, важным для развития личной и коллективной жизни человека, предлагая свою цель на протяжении всей школы, чтобы сформировать образованного гражданина, физически и социально подготовленного.

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, стратегия, 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 лица 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, вовлекаются и 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 решения, постоянно и последовательно следят за реализацией принятых решений.
- **Лица, открытые для обучения на протяжении всей жизни:** демонстрируют добросовестность и настойчивость в обучении; определяют 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; принимают для себя конкретные роли и обязанности в рамках команды; берут на себя ответственность за достижение общего успеха.

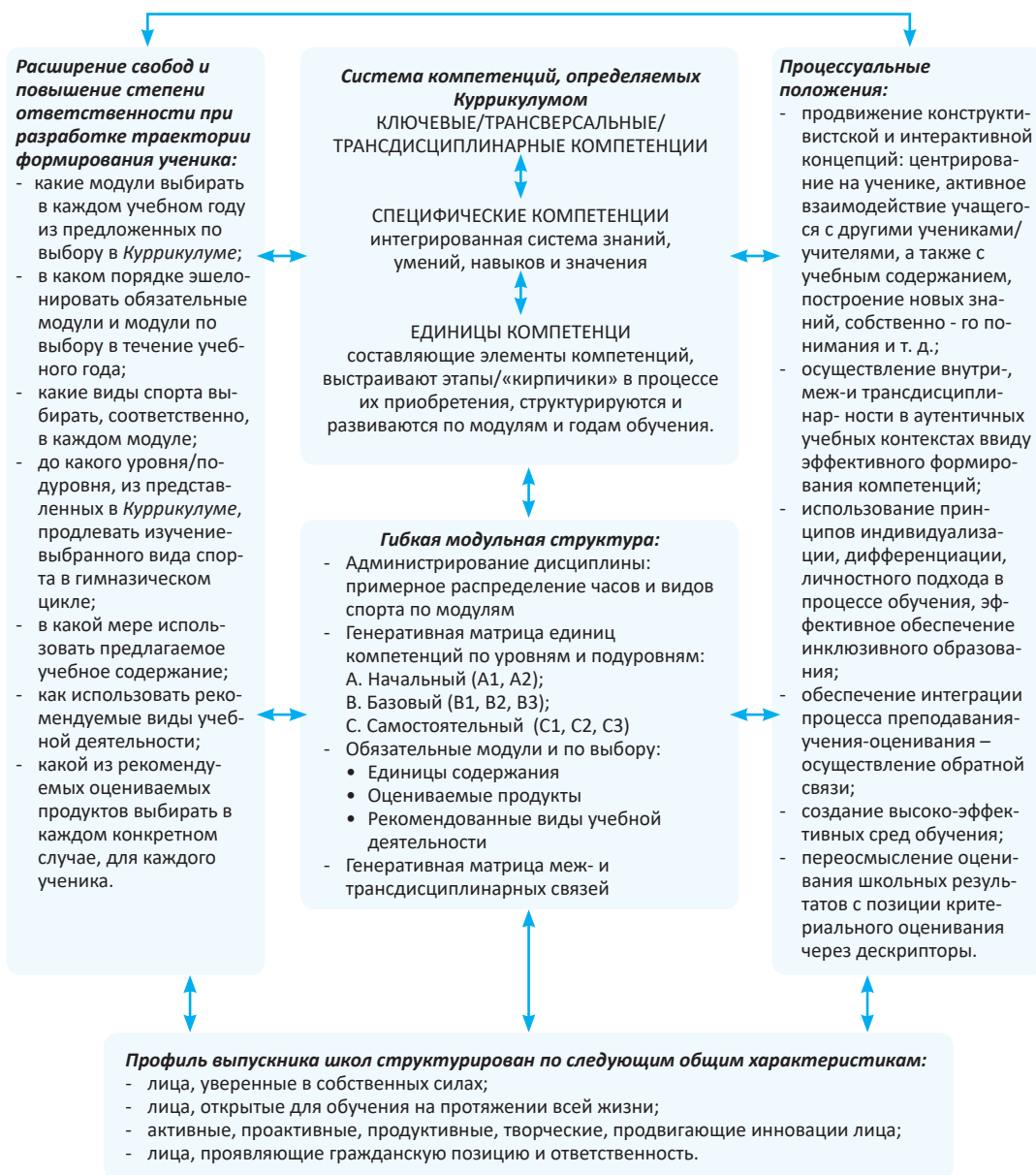


Рисунок 1. Концепция Куррикулума по дисциплине Физическое воспитание.

- **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; инициируют 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 конфессиональному разнообразию; участвуют в мероприятиях по продвижению национальной культурной самобытности по отношению к европейской культурной идентичности и культурного разнообразия мира; инициируют 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 куррикулумного 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 глаголом в форме: 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 лицейского 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 X-XII 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.

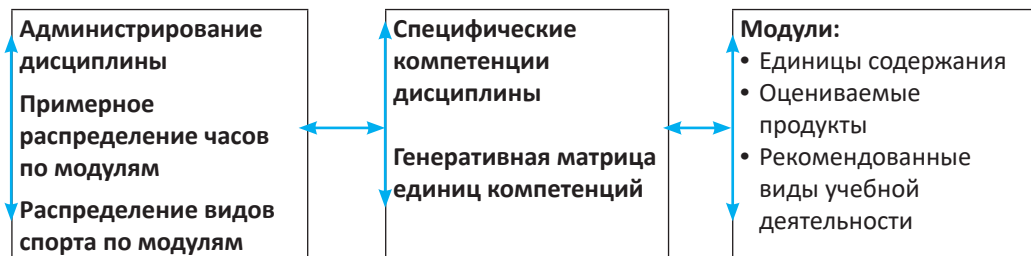
Документами по дидактическому проектированию, которые разрабатывает учитель и утверждает менеджер учебного заведения, являются:

- 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 лица и являются основополагающими для **долгосрочного проектирования** учебной дисциплины.

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

Системы единиц компетенций, спроектированные для модуля, выбирают из генеративной матрицы единиц компетенций, которая структурирована по уровням обучения физического воспитания в лицах: **А** – начальный; **В** – базовый – в полном объёме 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 и с нацеленностью на достижение учащимися конечных курикулумных целей;
- должен иметь **личностный/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 личностных 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 курикулума;

Библиография – перечисляются курикулумные продукты по предмету:

- основные: предметный курикулум, апробированный МОКИ;
- вспомогательные: гид по внедрению курикулума для 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

№. модуля	Модули	Кол-во часов
1	Легкая атлетика	10
2	Регби 7	11
3	Шашки	10
4	Аэробика/фитнес	10
5	Гимнастика	10
6	Футбол	18

Пример 2

№. модуля	Модули	Кол-во часов
1	Легкая атлетика	12
2	Регби 7	10
3	Шахматы	9
4	Гимнастика	12
5	Футбол	14
6	Ойна	11

№. модуля	Модули	Кол-во часов
1	Футбол	10
2	Шашки	7
3	Гимнастика	14
4	Фитнес	10
5	Волейбол	11
6	Легкая атлетика	16

№. модуля	Модули	Кол-во часов
1	Регби 7	12
2	Бадминтон	8
3	Волейбол	11
4	Armwresling	8
5	Гимнастика	14
6	Легкая 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 kurikulumа.

- **Тематическое содержание** – эшелонируются учебные темы на 1-2 часа, которые могут быть сформулированы из списка содержания, заданного в предметном kurikulumе, утвержденном 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 дополнительные учебные пособия.
- **Оценивание** – записи в этой рубрике должны указывать уроки, на которых планируется проводить первичное оценивание (ПО), формативное оценивание (ФО), суммативное оценивание (СО).
- **Наблюдения** – в этом разделе записываются изменения, которые в конечном итоге произойдут в течение учебного года, а также записи, касающиеся аспектов оценки единиц компетенций/оценки продуктов.

Проектирование модулей Легкая атлетика и Футбол на примере 1 Построение модулей в течение учебного года:

Модуль 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА – 10 ЧАСОВ								
Единицы компетенций	№ Урок/ семестр	Содержание	Кол-во часов	Дата	Оценивание	Материалы	Замечания	
<p>Уровень С 1</p> <p>1.1. Связь преимуществ занятий легкой атлетикой с точки зрения личного, местного, глобального контекста.</p> <p>1.2. Соблюдение правил безопасности и норм гигиены в рамках занятий легкой атлетики.</p> <p>1.3. Применение технических элементов и приемов в конкретных видах деятельности</p> <p>1.3. Применение технических элементов и приемов в действиях, характерных для легкой атлетики.</p>		<p>Когнитивные содержания: <i>Меж/трандисциплинарная тема:</i> Положительное воздействие двигательной деятельности на формирование личности</p> <p>Легкая атлетика – вид спорта</p> <p>Преимущества занятий легкой атлетикой</p> <p>Правила безопасности</p> <p>Техника передачи эстафеты, техника спортивной ходьбы</p> <p>Темы уроков:</p> <p>Спортивная ходьба, техника ходьбы</p> <p>Бег на скорость 100 м, высокий старт</p> <p>Челночный бег</p> <p>Эстафетный бег, передача эстафеты</p> <p>Бег на выносливость 1000 м (д) и 2000 м (м)</p> <p>Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги», измерение/определение длины с разбега, полет, приземление</p> <p>Многократные прыжки с места и с разбега с 5-9 шагов в соревновательной форме</p> <p>Метание малого мяча на дальность</p> <p>Толкание медицинского мяча (1,5-2 кг) одной и двумя руками</p>	На протяжении занятия			Flipchart, карточки, планшеты, эстафетная палочка и т. д.		
	1/1		Спортивная ходьба, техника ходьбы	1		НО ¹	Пространство для бега, прыжков и метаний, секундомер, карточки, свисток, малые мячи, медицинские мячи и т. д.	
	2/1		Бег на скорость 100 м, высокий старт	1				
	3/1		Челночный бег	1				
	4/1		Эстафетный бег, передача эстафеты	1				
	5/1		Бег на выносливость 1000 м (д) и 2000 м (м)	1		НО ¹		
	6/1		Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги», измерение/определение длины с разбега, полет, приземление	1				
	7/1		Многократные прыжки с места и с разбега с 5-9 шагов в соревновательной форме	1				
	8/1		Метание малого мяча на дальность	1				
	9/1		Толкание медицинского мяча (1,5-2 кг) одной и двумя руками	1				

¹ фрагментарно

<p>1.4. Управление средствами легкой атлетики в различных видах повседневной деятельности.</p>	<p>10/1</p>	<p>Легкая атлетика. Формативное оценивание</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Основная группа: <p>Р1: Бег на скорость 100 м Р3: Метание мяча на дальность с разбега <i>*Ученики с частичным ограничением физической нагрузки реализуют продукты в меру своих возможностей.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Освобожденные ученики: <p>Р16: Мини-эссе « Благотворное влияние двигательной деятельности на формирование личности человека» (в письменной форме – постер на информационном панно лица, или в цифровой форме – размещение на странице web лица)</p>	<p>1</p>	<p>СО</p>	<p>Сетка оценивания; карточки взаимооценивания.</p>
--	-------------	---	----------	------------------	---

Модуль 6. Футбол – 17 часов

Единицы компетенций	№ урок/ семестр	Тематическое содержание	Кол-во часов	Дата	Оценивание	Средства	Замечания
<p>Уровень А2</p> <p>6.1. Описание преимуществ занятий футболом в контексте гармонического физического развития.</p> <p>6.2. Соблюдение правил безопасности и гигиенических норм в практике футбольной игры.</p> <p>6.3. Комментируемый показ локомоторных движений, характерных для игры в футбол.</p> <p>6.4. Координация интеллектуальных, психомоторных и поведенческих способностей в процессе применения средств футбольной игры.</p>		<p>Когнитивные содержания: <i>Меж/трандисциплинарная тема:</i> волонтерство в двигательной деятельности Преимущество практики и правила безопасности в футболе Правила игры: игровое поле: грубая игра, фол, угловой удар, вбрасывание с боковой линии Основные стойки/положения нападающего и защитника Движения: ходьба, бег, прыжки, остановки, изменение направления Технические элементы: передачи/пасы, приемы мяча, удары, ведение мяча Техничко-тактические действия: нападение, защита, отрыв</p>	На протяжении уроков			Информационные средства, образовательные софты интерактивная доска	
		Темы уроков:					
	21/II	Основные положения, передвижения	1		НО	Футбольное поле, футбольные мячи,	
	22/II	Удары и прием мяча внутренним сводом стопы на месте	1			майки, конусы, свисток, скакалки, секундомер, доска, карточки, планшеты, проектор, и т.д.	
	23/II	Удары и прием мяча внутренним сводом стопы на месте в передвижении	1				
	24/II	Удары и приемы мяча подъемом стопы, внутренним и внешним	1				
	25/II	Удары по мячу головой на месте	1				
	26/II	Удар по воротам с места	1				
	27/II	Ведение мяча	1				
	28/II	Ведение мяча с последующим ударом по воротам	1				
29/II	Бросок мяча с боковой линии	1					

CS1. Обоснование эффектов двигательной и спортивной деятельности, проявляя критическое и позитивное мышление в интеграции различных областей знаний, деятельности и человеческих ценностей. CS3. Изучение двигательного потенциала в образовательной и повседневной деятельности, демонстрация саморегуляции в плане гармонического физического развития.	30/II	Бросок мяча с боковой линии в движении	1			
	31/II	Отбор мяча у противника, перехват	1			
	32/II	Техника вратаря: перебрасывание и отбивание	1			
	33/II	Техника вратаря: введение мяча в игру	1			
	34/II	Индивидуальные тактические действия: опека	1			
	35/II	Индивидуальные тактические действия: опека	1			
	36/II	А Индивидуальные тактические действия: отрыв	1			
	37/II	Футбол. Формативное оценивание ● Основная группа: Р7: Передача/пас и прием мяча в парах; удары в цель *Ученики с частичным ограничением нагрузки реализуют продукты в меру своих возможностей ● Освобожденные ученики: Р17: Судья футбольного матча: scorer	1		ФО	Конусы, футбольные мячи; Оценочная сетка; Карточки взаимного оценивания.
	38/II	Дневник двигательной деятельности ученика ● Основная группа: Р14: Дневник двигательной деятельности: Занятия аэробикой/фитнесом, гимнастикой и футбольной игрой во внеклассное время на протяжении семестра * Ученики с частичным ограничением нагрузки реализуют продукты в меру своих возможностей ● Освобожденные ученики: Р14: Дневник двигательной деятельности: занятия ходьбой и игрой в шашки во внеклассное время на протяжении семестра	1		СО	Проектор, компьютер. Оценочная сетка; Карточки взаимного оценивания.

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 предусматривание не только некоторых альтернативных действий, но и востребование определенных способностей учителя пересмотра ожидаемого подхода, когда непредвиденные ситуации требуют изменения, что и определяет его творческую линию деятельности.

Краткосрочный дидактический проект предлагает рациональную и персонализированную схему урока.

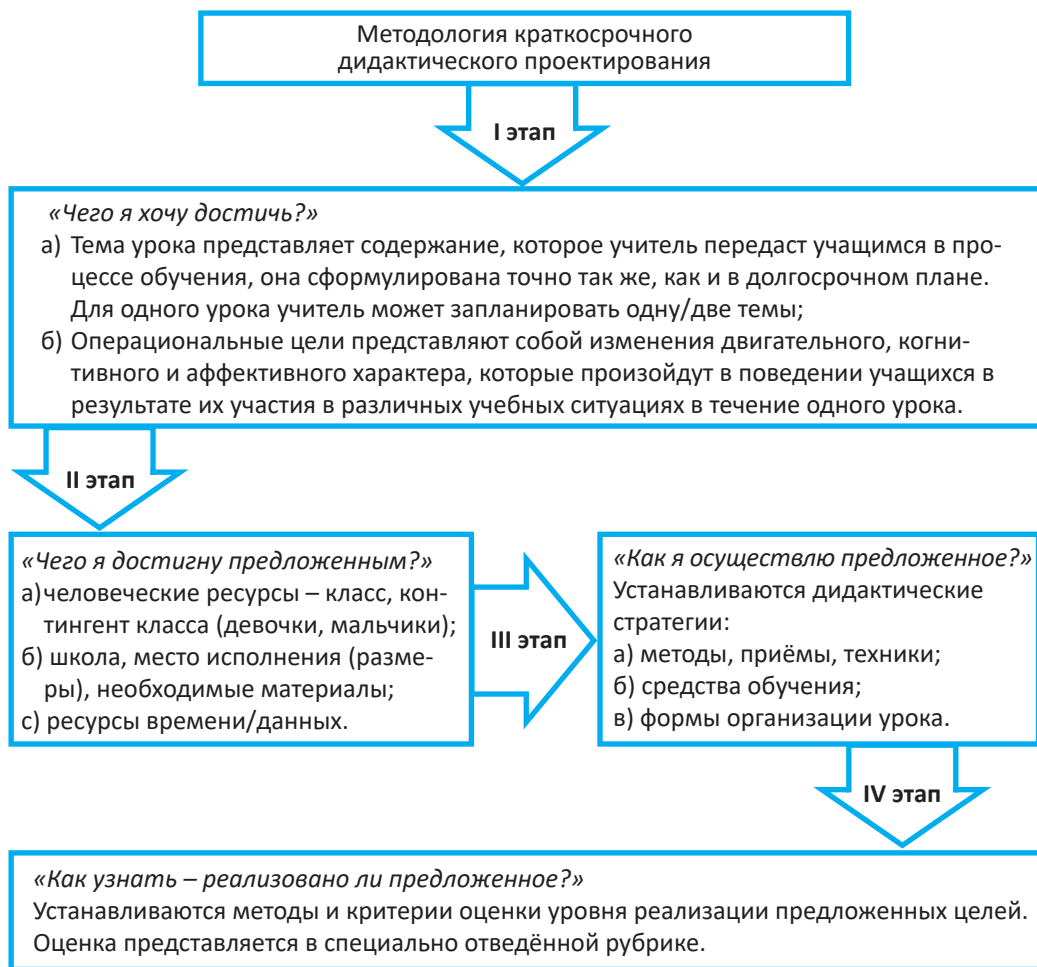


Рисунок 2. Методология краткосрочного дидактического проектирования.

Краткосрочный проект включает:

- заголовок;
- дидактический подход/дидактический сценарий проведения урока.

Заголовок краткосрочного проекта/урока:

- **Класс:** V
- **Учебная дисциплина:** Физическое воспитание
- **№ урока:** 27 (6)
- **Тип урока:** ознакомления
- **Единицы компетенций:** Уровень А2 6.1; 6.2; 6,3
- **Тема урока:** Ведение мяча
- **Цели урока:**

К концу урока, учащийся покажет, что он способен:

Ц₁: определять ключевые факторы выполнения ведения в баскетбольной игре;

Ц₂: различать формы ведения мяча;

Ц₃: выполнять ведение мяча в различных формах;

Ц₄: координировать основные положения и движения сегментов тела в процессе ведения мяча;

Ц₅: проявлять интерес и самоконтроль в процессе обучения ведению мяча.

Дидактические стратегии:

- Формы:* фронтальная, индивидуальная, в парах;
 - Методы и приемы:* иллюстрация; объяснение; проблемный метод; эвристическая беседа; дидактическая игра; ролевая игра; упражнение;
 - Средства:* баскетбольная площадка, щиты, баскетбольные мячи, вехи, конусы, свисток, скакалки, планшеты, проектор.
- **Стратегии оценивания:** первичное оценивание (П7); самооценивание.
 - **Библиография:**
 1. Национальный curriculum *Физическое воспитание* для X-XII классов. Кишинэу, МОКИ, 2019.
 2. Гид по внедрению curriculum *Физическое воспитание* для X-XII классов. 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	ОЦ.	Дидактические содержания	Дозирование, время	Дидактические стратегии			Рекомендации/ Методические указания
				Формы организации	Методы и приемы	Средства	

Указания по разделам:

- **№ урока** – указывается порядковый номер урока в рамках семестра и модуля. Например, седьмой урок в шестом модуле: 7(6).
- **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	понимать	осознавать	углублять
узнавать	учиться	убеждаться	развиваться
усваивать	запоминать	чувствовать	привыкать
прояснять	ознакомляться	соображать	стараться
выяснять	воспринимать	обогащать	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

Запоминание	сообщать определять описывать перечислять	находить идентифицировать перебирать локализовывать	называть подбирать соотносить распознавать	исправлять повторять пересказывать уточнять
Понимание	выбирать различать приводить примеры	объяснять выражать иллюстрировать	локализовывать представлять соотносить излагать	истолковывать воспроизводить переводить преобразовывать
Применение	выбирать применять вычислять демонстрировать осуществлять	прикидывать выполнять экспериментировать использовать изображать	внедрять исполнять моделировать изменять оперировать	практиковать программировать решать намечать симулировать
Анализ	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

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

Область психомоторики: таксономия Симпсона

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

Область эмоций: таксономия Красвола

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

- **Дидактические стратегии** – в соответствии с дидактическим сценарием урока перечисляются следующие элементы.
 - **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 для X-XII классов*

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 определенных методов, приемов и средств обучения дидактическая стратегия выступает как основополагающий фактор повышения уровня процесса обучения – учения – оценки, которая обладает целостным наполнением структурно-функциональных компонентов (рис. 4):

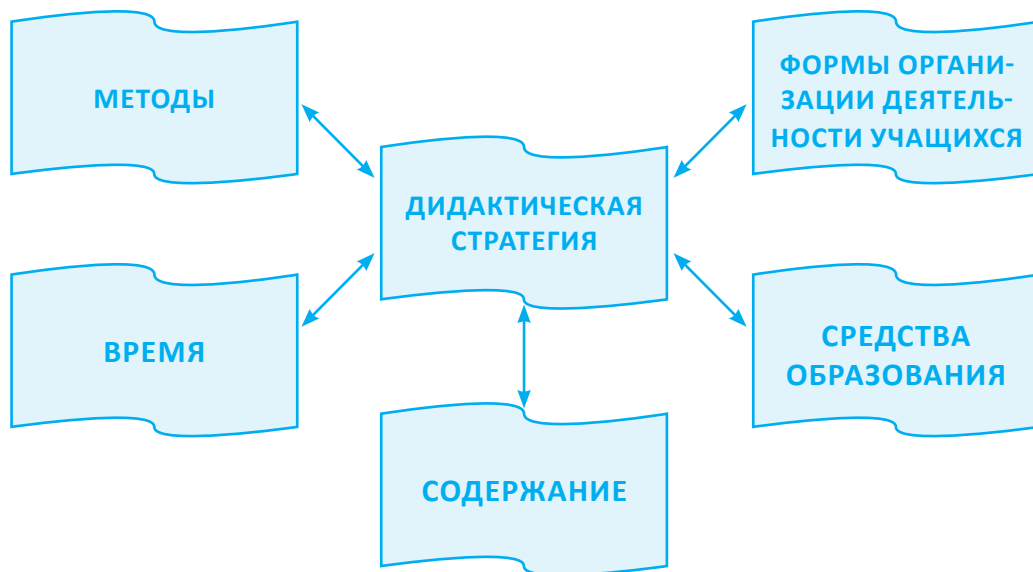


Рисунок 4. Концептуальная карта дидактических стратегий.

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 приемов, 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), которое обеспечит оптимизацию создаваемой структуры.

Дидактические стратегии играют существенную роль, будучи полностью используемыми 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. 5):

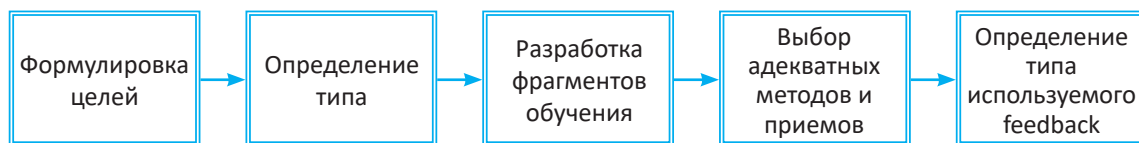


Рисунок 5. Этапы проектирования дидактических стратегий.

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, чтобы получить статус дидактической стратегии:

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

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

1. Способов подачи знаний.
2. Способов управления обучением, которые могут быть основаны на решении задач или решении ситуаций-проблем.
3. Способов дифференцированной активизации обучения, которые можно организовать фронтально, в группах или индивидуально.

3.2. Дидактические стратегии преподавания – учения, характерные для дисциплины *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 (стратегия эвристической 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 скорее 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, 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;; правилами безопасности и гигиеническими требованиями. Номинальная таблица охраны труда составляется в 2-3 экземплярах.

Пример стратегии обучения:

- формы организации: фронтальная, групповая, индивидуальная;
- методы и приёмы: 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 приёмы: объяснение, демонстрация, указание, метод раздельного 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 приёмы: объяснение, демонстрация, анализ, алгоритмирование, метод раздельного 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 для уровня модуля.

Пример стратегии обучения:

- формы организации: фронтальная, групповая;
- методы и приёмы: 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 приёмы: 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 изучаются в основном тематика или операционные задачи различного уровня.

Пример стратегии обучения:

- формы организации: фронтальная, индивидуальная, групповая, в парах;
- методы и приёмы: 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 приёмы: 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 (ВPPP).

Пример стратегии обучения:

- Формы организации: фронтальная, парами, групповая.
- Методы и приёмы: 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 ВPPP 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 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 личному эффективному в 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, прямая и обратная связь 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 Куррикулуме по дисциплине *Физическое воспитание*, структурирована в специфические виды деятельности, предпринимательскую деятельность, в которой выделены формирование социальных, предпринимательских и ИКТ познавательных/прикладных компетенций.

РЕКОМЕНДОВАННЫЕ ДЕЙСТВИЯ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ
(Пример. Модуль Футбол, Уровень А2, Тема: Ведение мяча):

Деятельность 1	Методы	Действия ученика
Наблюдение, показ и объяснение положений и движений сегментов тела, ключевых факторов в выполнении ведения мяча в футболе, с видео/цифровой поддержкой	Обучение с использованием ИКТ Метод открытий	<p>Определяет положение и движения сегментов тела при выполнении ведения мяча</p> <p>Определяет ключевые факторы в выполнении приёма</p> <p>Определяет разнообразные формы ведения мяча</p>
	Организованная дискуссия	<p><i>Определяет ошибки выполнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - очень сильный удар по мячу - узкое поле зрения из-за слишком согнутого тела - вертикальное положение тела во время ведения мяча - взгляд игрока во время ведения мяча сфокусирован на мяче
	Организованная дискуссия	<p><i>Объясняет использование дриблинга во время игры</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ведение с целью инициирования действия - ведение с целью защиты мяча - ведение для перемещений вперед, назад, в боковом направлении - ведение мяча с изменением направления, чтобы запутать противника

	Метод алгоритмизации и упражнения	<i>Отрабатывает:</i> Ведение мяча одной и другой ногой на различные дистанции по прямой линии; Ведение мяча с ходу и с легкого бега.
--	-----------------------------------	--

Деятельность 2	Методы	Действия ученика
Отработка и демонстрация техники ведения мяча в футбольной игре в различных положениях, сочетаемых с различными движениями тела	Brainstorming	Объясняет правильную технику ведения мяча Приводит примеры распространенных ошибок в ведении мяча Приводит примеры форм тактического применения ведения мяча
	Моделирование	Предлагает и выполняет ведение мяча из различных положений по отношению к полю Предлагает и выполняет ведение мяча с различными видами передвижений
	Деятельность посредством рабочих/игровых задач	Отрабатывает: Ведение мяча с попеременной сменой ног, с поворотами на 90 и 180 градусов влево и вправо Ведение мяча с обходом препятствий, ведение мяча змейкой, пируэты; Ведение мяча змейкой, огибая партнеров, с ходу и бега

Деятельность 3	Методы	Действия ученика
Отработка ведения мяча в упражнениях, эстафетах, подвижных, подготовительных и специфичных играх футбола (с заданиями)	Описания Brainstorming моделирования	Выполняет правила ведения мяча в футбольной игре Пересматривает технику ведения мяча Предлагает игры с элементами ведения мяча
	Ролевая игра	Выполняет роль лидера в игре, организатора игры и судьи
	Игровых действий	Участвует в игре индивидуально и в парах Отрабатывает ведение мяча в эстафетах: по линии, зигзагом, с обходом препятствий, с преодолением препятствий

Деятельность 4	Методы	Действия ученика
Развитие специфических двигательных качеств (скорость, координационные способности) посредством ведения мяча в футболе	Brainstorming	Выделяет физические качества, характерные игре в футбол Приводит примеры качеств, характерных техническому приему Предлагает упражнения для развития физических качеств с использованием ведения мяча
	Индивидуальные действия, в парах и в группе	<i>Выполняет:</i> Полосу препятствий: ведение мяча с обходом препятствий, змейкой, пируэты и т. д. Старт с ведением мяча на звуковой и зрительный сигнал с изменением направлений Челночный бег с ведением мяча

Деятельность 5	Методы	Действия ученика
Воркшоп: обмен передовым опытом для определения мест и игр, которые можно практиковать вместе с друзьями/ семьей	Групповых задач	<p>Определяет занятия спортом, которые можно практиковать вместе с семьей/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
Проект: улучшение состояния здоровья посредством регулярного участия в двигательной деятельности (в графической/ цифровой форме)	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 о их качестве и действенности. В современном подходе к оценке как приоритета ее рекомендуется рассматривать как 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 по эффективности, основанный на анализе, обобщении, предложениях, поощрении и обратной связи (*feedback*).

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 «Синоптическая таблица. Продукты и критерии успеваемости»;
- учитель выбирает из таблицы продукт (ы), сопровождаемые критериями успеваемости для оценки;
- прилагают 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, заключающиеся в продуктах обучения.

Дескрипторы – это качественные критерии оценивания, которые описывают уровень появления компетенций ученика и позволяют определить степень их проявления (минимальную, среднюю, максимальную). В зависимости от достигнутого уровня дескрипторы позволяют выставить 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 оценивания 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; устной, письменной, практической 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 (feedback).
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 посредством действий по самооцениванию.

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.

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/про-

верочный 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/отсутствии 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		
			НО	ФО	СО
I-й семестр					
1	Легкая атлетика	10	1	1	1
2	Регби 7	11	1	1	
3	Шашки	9	1	1	
		1			
	Всего за I-й семестр	31	3	3	1
II-й семестр					
4	Аэробика/Фитнес	10	1	1	1
5	Гимнастика	10	1	1	
6	Футбол	17	1	1	
		1			
	Всего за II-й семестр	38	3	3	1
	Итого за год	69	6	6	2

Методы и техники оценивания

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

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, добавить 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 он 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 более 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, насколько хорошо выучили или как принимают его стиль преподавания и оценки.

Когда возникает необходимость получить оперативную информацию о том, как ученик справляется с некоторыми существенными проблемами по уроку, по теме или по 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 ученика.

Эссе, взятое из литературы (где оно используется для максимально свободного 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, формулирования своего мнения по определенному предмету, не поддающемуся определенным доступным схемам.

Исследование (в смысле 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, способы 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 на полидисциплинарный, междисциплинарный и трансдисциплинарный подходы, 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 техники 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 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 представляет ученику возможность интерактивного способа получения и усвоения новых знаний, а также проверки того, насколько правильно он выучил материал.

Рекомендации по составлению дневника двигательной деятельности ученика:

- разрабатывается учеником, форма индивидуальна;
- может быть разработан как графически, так и в цифровом формате;
- 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 или 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 успеха, Физическое воспитание, X-XII классы

Рекомендуемые продукты	Критерии успеха	Критерии успеха для лиц, освобожденных от физической нагрузки	
Виды и результаты	<p>П1. Бег на скорость, эстафетный бег, на выносливость/кросс и т. Д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Соблюдаю стартовые положения 2. Выполняю команды 3. Соблюдаю технику бега 4. Прилагаю усилия для получения результата 5. Финиширую со скоростью 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Соблюдаю указания учителя 2. Знаю и объясняю технику 3. Выполняю в рамках возможностей. 4. Соблюдаю правила соревнований 5. Ценю достижения коллег 6. Соблюдаю правила защиты и безопасности
	<p>П2. Прыжок в длину с места, в длину с разбега, в высоту с разбега и т. Д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Соблюдаю технику разбега и толчка 2. Выполняю фазу полета и приземления правильно. 3. Соблюдаю угол перемещения тела в фазе полета 4. Стремлюсь к результату 5. Соблюдаю правила безопасности 	
	<p>П3. Метание малого мяча в цель, на дальность и т. Д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Соблюдаю хват и исходное положение 2. Выполняю правильно разбег 3. Соблюдаю технику выполнения броска 4. Соблюдаю правила соревнований 5. Стремлюсь к результату 6. Соблюдаю правила безопасности. 	
	<p>П4. Элементы: акробатический, на гимнастическом снаряде, в парах/группах (акроспорт), опорный прыжок и т. Д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понимаю элемент 2. Соблюдаю положения тела 3. Соблюдаю и объясняю технику выполнения 4. Выполняю элемент 5. Сохраняю равновесие 6. Проявляю смелость 7. Следую правилам безопасности 8. Выполняю синхронно элемент 	

Элемент и комбинация	<p>П5. Комбинация акробатическая, на гимнастическом снаряде, в парах и т. Д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понимаю комбинацию 2. Обладаю ясной идеей о последовательности элементов 3. Объясняю технику 4. Правильно выполняю технику 5. Соблюдаю исходные и конечные положения 6. Сохраняю равновесие 7. Соблюдаю правила безопасности 8. Воспроизвожу в группе комбинацию* 	
	<p>П6. Комплекс: ритмическая гимнастика и танец, групповая акробатика (акроспорт), аэробика, фитнес и т. Д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Соблюдаю основные положения 2. Координирую движения руками с основными шагами по ритму 3. Грациозно сочетаю элементы 4. Воспроизвожу синхронно элементы в группе 5. Подтверждаю правила безопасности 	
Элементы, приемы и действия	<p>П7. Элементы и приемы: спортивные игры, рекреативные спортивные виды, индивидуальные виды спорта, национальные виды спорта и т. Д.</p> <p>П8. Тактическое действие в нападении и защите: один игрок, два/три игрока, команда и т. Д.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Соблюдаю исходные положения 2. Соблюдаю последовательность выполнения двигательных действий 3. Корректно выполняю технику 4. Проявляю координационные способности 5. Результативно выполняю элемент 6. Соблюдаю правила выполнения <ol style="list-style-type: none"> 1. Знаю элементы из действия 2. Правильно выполняю элементы техники 3. Принимаю правильные решения действий 4. Включаюсь в коллективные действия 5. Сотрудничаю/общаюсь с партнерами 6. Применяю действие в игре 	

<p><i>Продукты, ориентированные на использование – создание</i></p>	<p>Комбинация и комплекс</p> <p>П 9. Сложные комбинации: акробатические/групповые акробатические (акроспорт), на гимнастических снарядах, аэробика/фитнес, и т. д.</p>	<p>1. Участвую в составлении группового комплекса</p> <p>2. Сотрудничаю с членами группы</p> <p>3. Выполняю элементы последовательно и синхронно</p> <p>4. Проявляю упорство и смелость</p> <p>5. Участвую в соревнованиях на уровне группы/класса</p> <p>6. Соблюдаю правила безопасности</p> <p>7. Страхую и поддерживаю партнера во время выступления</p>	<p>1. Участвую в создании комбинации/комплекса в группе</p> <p>2. Знаю технику и последовательность элементов</p> <p>3. Оказываю поддержку и сопровождение в выполнении комплекса</p> <p>4. Выполняю в меру двигательных возможностей</p> <p>5. Сотрудничаю с членами группы в соревнованиях</p> <p>6. Соблюдаю правила безопасности</p>
<p>Действия и игра</p>	<p>П10. Полоса прикладная, технико-тактические действия в коллективных спортивных играх</p>	<p>1. Выполняю элементы технично, корректно и последовательно</p> <p>2. Проявляю координационные способности</p> <p>3. Эффективно выполняю полосу</p> <p>4. Соблюдаю правила безопасности</p>	
	<p>П11. Практическая двусторонняя игра: коллективные и индивидуальные спортивные игры</p>	<p>1. Знаю элементы действия</p> <p>2. Корректно выполняю технические элементы</p> <p>3. Принимаю правильные решения действий</p> <p>4. Включаюсь в коллективное действие</p> <p>5. Сотрудничаю, общаюсь с членами команд</p> <p>6. Применяю действие в рамках игры</p> <p>7. Соблюдаю правила соревнований и поведения</p>	
	<p>П12. Индивидуальный/групповой проект</p>	<p>1. Представляю тему, реализованные действия</p> <p>2. Описываю последовательно некоторую информацию, самостоятельно собранные сообщения, созданные/выбранные изображения</p> <p>3. Объясняю некоторые исследуемые идеи/явления</p> <p>4. Высказываю оценки и личное отношение</p> <p>5. Формулирую выводы</p> <p>6. Кооперирую с членами группы</p>	<p>1. Представляю название, проведенные мероприятия</p> <p>2. Описываю последовательно некоторую информацию, отчеты, созданные самостоятельно, созданные / выбранные изображения.</p> <p>3. Объясняю некоторые изучаемые идеи / явления</p> <p>4. Высказываю оценки и личное отношение</p> <p>5. Формулирую выводы</p> <p>6. Кооперируюсь с членами группы</p>

<p><i>Продукты, ориентированные на предпринимательскую/крупную деятельность</i></p>	<p>П13. Дневник двигательной деятельности ученика</p>	<p>1. Представляю в графической/цифровой форме повестке дизайн. 2. Создаю индивидуальный и соответствующий повестке дизайн. 3. Структурирую содержание 4. Объясняю и обосновываю содержание 5. Формулирую предложения/рекомендации и выводы.</p>	<p>1. Представляю в графической/цифровой форме 2. Создаю индивидуальный и соответствующий повестке дизайн. 3. Структурирую содержание 4. Объясняю и обосновываю содержание 5. Формулирую предложения/рекомендации и выводы.</p>
	<p>П14. Тест на знания/практический</p>	<p>1. Анализирую, понимаю, тестовые задания 2. Пишу тест 3. Я набираю достаточно очков 4. Укладываюсь по времени</p>	<p>1. Анализирую, понимаю, тестовые задания 2. Пишу тест 3. Я набираю достаточно очков 4. Укладываюсь по времени</p>
<p>П15. Мини эссе/реферат</p>	<p>1. Подбираю информационные материалы по предложенной теме. 2. Редактирую титульный лист, содержание 3. Конкретизирую количество и качество материала 4. Дополняю визуальной информацией 5. Высказываю собственные оценки 6. Формулирую выводы</p>	<p>1. Анализирую, понимаю, тестовые задания 2. Пишу тест 3. Я набираю достаточно очков 4. Укладываюсь по времени</p>	
<p>Организация и руководство</p>	<p>П16. Судейство: группа, класс, команда</p>	<p>1. Знаю правила игры/конкурса 2. Знаю жестикуляцию судьи 3. Включаюсь в судейство 4. Выполняю различные функции судей 5. осуществляю судейство в соответствии с регламентом</p>	<p>1. Знаю правила игры/конкурса 2. Знаю жестикуляцию судьи 3. Включаюсь в судейство 4. Выполняю различные функции судей 5. осуществляю судейство в соответствии с регламентом</p>
	<p>П17. Организация и руководство: фрагмент урока, конкурс/соревнование</p>	<p>1. Знаю формы и этапы организации 2. Организую коллектив 3. Объясняю и демонстрирую упражнения 4. Применяю обратную связь/feedback 5. Проявляю творчество и оригинальность</p>	<p>1. Знаю формы и этапы организации 2. Организую коллектив 3. Объясняю и демонстрирую упражнения 4. Применяю обратную связь/feedback 5. Проявляю творчество и оригинальность</p>

* - характерный оцениваемым продуктам для некоторых видов спорта

Рекомендуемые стратегии оценивания

Перечень оцениваемых продуктов		Стратегия рекомендуемого оценивания (НО, КО, СО)	Возможности реализации в цифровом формате
Категория	Продукт		
Продукты, ориентированные на выполнение	П1. Бег: скоростной, эстафетный, на выносливость/кросс	НО, КО	
	П2. Прыжок: в длину с места, в длину с разбега, в высоту с разбега	НО, КО	
	П3. Метание малого мяча: в цель, на дальность.	НО, КО	
	П4. Элементы: акробатики, на гимнастическом снаряде тренажерном зале, в парах/группе (акроспорт), опорный прыжок	НО, КО	
	П5. Комбинация: акробатическая, на гимнастическом снаряде, аэробики	НО, КО	✓
	П6. Комплекс: художественная гимнастика и танцы, групповая акробатика (акроспорт), аэробика/фитнес	НО, КО	
	П7. Элементы и приемы: спортивные игры, рекреативный вид спорта, индивидуальный вид спорта, национальные виды спорта	НО, КО	
	П8. Тактическое действие в нападении и защите: один игрок, два/три игрока, команда	НО, КО	✓
	П9. Комплексы: акробатические/акробатика в группе (акроспорт), на гимнастических снарядах, аэробика/фитнес	НО, СО	✓
	П10. Полоса: прикладная, технико-тактическая - коллективные спортивные игры,	НО, КО, СО	✓
	П11. Двусторонняя/практическая игра: индивидуальные, коллективные спортивные игры	КО, СО	✓
Продукты, ориентированные на изучение-создание			

Продукты, ориентированные на антрепренерскую деятельность/Дополняющие	П12. Индивидуальный и групповой проект	Как составная часть СО	✓
	П13. Дневник двигательной деятельности ученика	Как составная часть СО	✓
	П14. Тест на знания/практический	НО, КО, СО	✓
	П15. Мини эссе/реферат	КО	✓
	П16. Судейство: группы, класса, команды	КО. СО	
	П17. Организация и руководство: фрагмент урока, конкурс/соревнование	КО. СО	

*Карточка самооценки/взаимооценки
на основе критериев успеваемости*

Фамилия, имя:				
Продукт: Удар в цель				
№ 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 Футбол, продукт № 7: Удар в цель*

№ 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.

