

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №229 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

Согласовано Заместитель директора по УВР ГБОУ средней школы №229 / /	Принято Протокол педагогического совета от _____ № _____
	Утверждено Директор ГБОУ средней школы №229 _____ Петрова Н.А. Приказ от _____ № _____

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО
Физической культуре
8 б класс
на 20117-2018 учебный год**

**Составил(а) учитель
Гутников
Денис Александрович**

Санкт-Петербург

2017

Содержание

1. Паспорт рабочей программы	-3
2. Пояснительная записка	-4
3. Содержание учебного курса	-5
4. Планируемые результаты	-6
5. Календарно-тематическое планирование	-9
6. Перечень учебно-методических средств обучения, ЭОР (электронных образовательных ресурсов)	-13
7. Перечень обязательных лабораторных, практических, контрольных и других видов работ	-14
8. Критерии и нормы оценки результатов освоения программы обучающимися	-15
9. Список литературы	-18

1. Паспорт рабочей программы

Тип программы	Программа общеобразовательных учреждений
Статус программы	Рабочая программа учебного курса
Название, автор и год издания предметной учебной программы (примерной, авторской), на основе которой разработана Рабочая программа;	Рабочие программы. Физкультура. 1-11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся. В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Издательство «учитель». 2012
Категория обучающихся	Учащиеся 8б __ класса ГБОУ средней школы №229 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга
Сроки освоения программы	1 год
Объём учебного времени	_102__ часа
Форма обучения	очная
Режим занятий	_3_ часа в неделю

2. Пояснительная записка

Данная рабочая программа составлена на основе Примерной программы по физическому воспитанию и авторской Комплексной программы физического воспитания для учащихся 1 – 11 классов В. И. Ляха и А.А. Зданевич. В соответствии с учебным планом школы на изучение предмета «Физическая культура» в 8 классе отводится 3 часа в неделю.

Программой предусмотрено прохождение материала за 102 часов в учебный год, при трёх разовом занятии в неделю.

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Решая задачи физического воспитания, учителю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

Содержание программного материала состоит из двух основных частей: **базовой** и **вариативной**. Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

Вариативная часть физической культуры обусловлена необходимостью учета индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школ.

Содержание данной программы предназначено для учащихся основной и подготовительной медицинских групп.

3.Содержание учебного курса:

Легкоатлетические упражнения:

- бег
- прыжки
- метания
- основы знаний о физической культуре

Гимнастика с элементами акробатики:

- построения и перестроения
- общеразвивающие упражнения с предметами и без
- упражнения в лазанье и равновесии
- простейшие акробатические упражнения
- упражнения на гимнастических снарядах

Спортивные игры:

- освоение различных игр и их вариантов
- система упражнений с мячом
- техника баскетбола
- техника волейбола

Легкая атлетика,кроссовая подготовка:

- освоение техники бега в равномерном темпе
- чередование ходьбы с бегом
- упражнения на развитие выносливости

Программа рассчитана на 102 часов в 5 - 11 классах из расчета 3 часа в неделю.

4. Планируемые результаты

1. Легкая атлетика (25 ч.)

Предметные результаты:

- Правильно выполнять движения при ходьбе и беге, чередование.
- Прыгать в длину
- Правильно выполнять движения в прыжках
- Бегать на длинные дистанции, бегать на время
- Выполнять различные перестроения

Регулятивные УУД:

- Планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, прыжков, метания мяча
- Оценивать правильность выполнения двигательных действий

Познавательные УУД:

- Осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий

Коммуникативные УУД:

- Уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися

Личностные УУД:

- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
- Развитие скоростных способностей
- Различать разные виды бега
- Развитие прыгучести
- Развитие меткости
- Развитие выносливости
- Знание всех перестроений

2. Гимнастика (21 ч)

Предметные результаты:

- Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы ,раздельно и комбинации
- Выполнять прыжок

- Выполнять кувырки
- Выполнять мостик
- Выполнять висы и подтягивания
- Лазание по канату

Регулятивные УУД:

- Планировать свои действия при выполнении заданий

Познавательные УУД:

- Осуществлять анализ выполненных действий

Коммуникативные УУД:

- Уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися

Личностные УУД:

- Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности
- Знание техники гимнастических(акробатических)упражнений
- развитие гибкости

3 .Спортивные игры (31ч)

Предметные результаты:

- Волейбол: уметь выполнять передачи, подачи, прием, передвижения.
- Играть в волейбол, баскетбол
- Осуществлять индивидуальные и групповые действия
- Баскетбол: владеть мячом (*держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски*) в процессе подвижных игр.

Регулятивные УУД:

- планировать свои действия при взаимодействии с окружающими

Познавательные УУД:

- Осуществлять анализ выполненных действий

Коммуникативные УУД:

- Уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися

Личностные УУД:

- Знание техники приема мяча,передачи,подач,приема,(передвижений)
- Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности

- Развитие быстроты движений
- Развитие ловкости и меткости

4. Легкая атлетика, кроссовая подготовка (25ч)

Предметные результаты:

- бегать в равномерном темпе чередовать ходьбу с бегом
- правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге;
- бегать в равномерном темпе до 15 мин, 16, 17, 18, 20.
- прыгать в высоту
- метать набивной мяч

Регулятивные УУД:

- Формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости);
- Планировать свои действия при выполнении заданий

Познавательные УУД:

- Осуществлять анализ выполненных действий

Коммуникативные УУД:

- Уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися

Личностные УУД:

- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
- Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности
- Различать разные виды бега и ходьбы
- Развивать выносливость, ловкость и меткость

5. Календарно-тематическое планирование

№пп	Планируемая дата проведения	Фактическая дата проведения	Тема урока	Домашние задания	корректировка
1.	1.09.		Охрана труда на занятиях по лёгкой атлетике. Тема: Влияние лёгкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма.		
2	7.09.		Совершенствование низкого старта. Развитие скоростных способностей.		
3	8.09.		Упражнения на развитие скорости.		
4	9.09.		Развитие скоростной выносливости. Спринтерский бег 60 метров.		
5	14.09.		Совершенствование метания мяча на дальность с разбега (коридор 10 метров).		
6	15.09.		Совершенствование метания мяча на дальность.		
7	16.09.		Развитие скоростно-силовых способностей. Метание мяча на дальность с разбега.		
8	21.09.		Овладение техники длительного бега. Бег юноши - 2000 м, девушки –1500 м (без учёта времени).		
9	22.09.		Совершенствование эстафетного бега.		
10	23.09.		Кросс юноши – 1000 метров, девушки – 500 метров.		
11	28.09.		Прыжковые упражнения. Командный бег.		
12	29.09.		Шестиминутный бег.		
13	30.09		Совершенствование прыжка в длину с места.		
14	5.10.		Прыжковая тренировка.		
15	6.10.		Прыжки в длину с места.		
16	7.10.		Упражнение на развитие внимания и координации.		
17	12.10.		Совершенствование метания малого мяча с места в горизонтальную цель (1X1 м) с расстояния 12 -14 метров – девушки, юноши – до 16 м.		
18	13.10.		Метание малого мяча с места в горизонтальную цель (1X1 м) с расстояния 12 -14 метров – девушки, юноши – до 16 м.		
19	14.10.		Развитие скорости и координации движений.		
20	19.10.		Совершенствование челночного бега		

			2X9, 2X15.		
21	20.10.		Челночный бег 2X9, 2X15.		
22	21.10.		Охрана труда при проведении спортивных игр. Терминология избранной спортивной игры.		
23	26.10.		Совершенствование ловли и передачи мяча с пассивным сопротивлением защитника.		
24	27.10.		Закрепление ловли и передачи мяча с пассивным сопротивлением защитника.		
25	28.10.		Совершенствование техники ведения мяча по прямой, с изменением направления и скорости.		
26	7.11.		Совершенствование бросков мяча в корзину. Развитие силы мышц рук.		
27	8.11.		Развитие силы мышц рук.		
28	9.11.		Охрана труда на занятиях гимнастикой. Тема: Значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей; страховка и помощь во время занятий.		
29	14.11.		Строевые упражнения. Выполнение команд: «Прямо!», повороты в движении направо, налево.		
30	15.11.		Общеразвивающих упражнений со скакалкой - девушки. Мальчики с набивным мячом.		
31	16.11.		Совершенствование акробатического элемента: кувырок назад в упор, стоя ноги врозь – юноши. Девушки – из упора присев перекат в стойку на лопатках.		
32	21.11.		Юноши – длинный кувырок через препятствие, девушки – акробатический элемент «мост».		
33	22.11.		Общеразвивающие упражнения со скакалкой – девушки. Юноши с набивным мячом.		
34	23.11.		Совершенствование акробатического элемента: юноши – стойка на голове махом, девушки – из стойки на лопатках в полушпагат.		
35	28.11.		Кувырки назад и вперед, полет-кувырок (юноши). Мост и поворот в упор на одном колене. Лазание по канату в два-три приема.		
36	29.11.		Кувырки назад и вперед, полет-кувырок(юноши). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом.		
37	30.11.		Общеразвивающие упражнения без предметов с большой амплитудой движения. Юноши - упражнения в висе		

			на перекладине. Девушки - акробатическое соединение.		
38	5.12.		Совершенствование опорного прыжка через козла способом ноги врозь в длину (высота 110-115 см – мальчики), девушки - прыжок ноги врозь через козла в ширину (высота 110 см).		
39	6.12.		Закрепление опорного прыжка через гимн. козла.		
40	7.12.		Опорный прыжок через козла способом ноги врозь в длину, девушки - прыжок ноги врозь через козла в ширину.		
41	12.12.		Юноши – бросок набивного мяча (весом 2 кг) из различных и.п. Девушки - совершенствование комбинаций упражнений на гимнастическом бревне.		
42	13.12.		Совершенствование комбинаций упражнений на гимнастическом бревне. Упражнения в виси.		
43	14.12.		Юноши – подтягивание на перекладине. Девушки - совершенствование комбинаций упражнений на гимнастическом бревне.		
44	19.12.		Юноши – бросок набивного мяча (весом 2 кг) из положения сидя ноги врозь, двумя руками сверху.		
45	20.12.		Девушки - комбинаций упражнений на гимнастическом бревне.		
46	21.12.		Охрана труда на занятиях по лыжной подготовке. Тема: Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Виды лыжного спорта.		
47	9.01.		Совершенствование попеременно двухшажного хода.		
48	10.01.		Закрепление попеременно двухшажного хода.		
49	11.01.		Совершенствование одновременного одношажного хода.		
50	16.01.		Совершенствование одновременный одношажный ход (стартовый вариант).		
51	17.01.		Закрепление одновременный одношажный ход (стартовый вариант).		
52	18.01.		Обучение торможение «плугом». Прохождение дистанции изученными способами.		
53	23.01.		Обучение поворота «плугом».		
54	24.01.		Совершенствование торможения		

			«плугом». Прохождение дистанции изученными способами.		
55	25.01.		Обучение коньковому ходу.		
56	30.01.		Совершенствование конькового хода.		
57	31.01.		Закрепление конькового хода.		
58	1.02.		Коньковый ход в быстром темпе.		
59			Игры: «Гонки с преследованием».		
60	6.02.		Игра: «То на право, то на лево».		
61	7.02.		Игры: «Гонки с выбыванием».		
62	8.02.		Прохождение учебной дистанции 4,5 км.		
63	13.02.		Игра: «Групповой рывок».		
64	14.02.		Баскетбол. Совершенствование бросков мяча с пассивным противодействием.		
65	15.02.		Совершенствование перехвата мяча.		
66	20.02.		Тактические действия в нападении и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3.		
67	21.02.		Тактические действия в нападении и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3.		
68	22.02.		Тактика игры. Взаимодействие в нападении и защита через «заслон».		
69	27.02		Игра по правилам.		
70	28.02.		Игра по упрощённым правилам.		
71	1.03.		Игра по правилам.		
72	6.03.		Игра по правилам.		
73	7.03.		Волейбол. Совершенствование техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).		
74	8.03.		Передача мяча над собой, во встречных колоннах.		
75	13.03.		Отбивание мяча через сетку.		
76	14.03.		Совершенствование нижней прямой подачи. Приём подачи.		
77	15.03.		Игра по упрощённым правилам.		
78	20.03.		Игра по правилам.		
79	21.03.		Игра по правилам.		
80	22.03.		Игра по правилам.		
81	5.04.		Составление упражнений на совершенствование координации, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости.		
82	6.04.		Совершенствование прыжка в длину с места. Развитие прыжковой выносливости.		
83	7.04.		Совершенствование прыжка в высоту способом «перешагиванием». Прыжок в длину с места.		
84	12.04.		Развитие быстроты, координации. Прыжок в высоту.		
85	13.04.		Совершенствование челночного бега		

			2X9, 2X15. Развитие силы.		
86	14.04.		Челночный бег 2X9, 2X15.		
87	19.04.		Понятие темп, скорости и объёме лёгкоатлетических упражнений, направленных на развитие быстроты. Совершенствование метания мяча на дальность с разбега.		
88	20.04.		Развитие скоростных способностей. Метание мячей на дальность с разбега.		
89	21.04.		Развитие общей выносливости.		
90	26.04.		Спринтерский бег 60 метров.		
91	27.04.		Техника передачи эстафетной палочки.		
92	28.04.		Кросс 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши.		
93	3.05.		Длительный бег.		
94	4.05.		Игры на закрепление навыка бега, скорости реакции.		
95	5.05.		Удары по неподвижному мячу.		
96	10.05.		Удары по катящемуся мячу.		
97	11.05.		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.		
98	12.05.		Ведение мяча по прямой с изменением скорости.		
99	17.05.		Ведение мяча по прямой с изменением скорости с сопротивлением.		
100	18.05.		Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы.		
101	19.05		Ведение с активным сопротивлением защитника.		
102	24.05		Игра футбол.		
Ито го: 102			Подведение итогов Комплексно-игровой урок		

6 Перечень учебно-методических средств обучения, ЭОР (электронных образовательных ресурсов)

1.Roscomsport.com

2.pedsovet.ru

7. Перечень обязательных лабораторных, практических, контрольных и других видов работ

№	Наименование норматива	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Бег 30 м. (с)	4.9	5.1	5.5	5.2	5.4	5.8
2.	Бег 60 м. (с)	9.0	9.7	10.5	9.7	10.2	10.7
3.	Бег 1500м.(м), 1000м.(д) (мин.)	6.00	6.25	7.05	4.15	4.45	5.30
4.	Бег 2000м. (мин.)	10.00	10.40	11.40	11.00	12.40	13.30
5.	Отжимание в упоре лёжа (кол.)	25	20	15	10	7	5
6.	Прыжки на скакалке (кол./мин.)	115	105	90	130	120	105
7.	Челночный бег 3x10м. (с.) 10x5м.(с.)	7.8 17.4	8.3 18.4	8.9 20.4	8.0 18.0	8.6 19.0	9.5 21.0
8.	Прыжки в длину с места (см.)	190	180	165	175	160	150
9.	Пресс 30с. (кол.) 1 мин. (кол.)	25 40	20 35	15 30	24 35	19 30	14 27
10.	Подтягивание М-вис (кол.) Д-низ. Вис (кол.)	9	7	5	17	13	9

8.Критерии и нормы оценки результатов освоения программы обучающимися

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включёнными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учитель реализует не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определённый период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

Итоговая отметка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

1. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5» (12, 13, 14)	Оценка «4» (9, 10, 11)	Оценка «3» (6, 7, 8)	Оценка «2» (5, 4, 2,)
-------------------------	------------------------	----------------------	-----------------------

За ответ, в котором:	За тот же ответ, если:	За ответ, в котором:	За непонимание и:
Учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.	В нём содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.	Отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.	Не знание материала программы.

2. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений, комбинированный метод.

Оценка «5» (12, 13, 14)	Оценка «4» (9, 10, 11)	Оценка «3» (6, 7, 8)	Оценка «2» (5, 4, 3, 2, 1)
За выполнение, в котором:	За тоже выполнение, если:	За выполнение, в котором:	За выполнение, в котором:
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно. чётко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

3. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка «5» (12, 13, 14)	Оценка «4» (9, 10, 11)	Оценка «3» (6, 7, 8)	Оценка «2» (5, 4, 3, 2, 1)
<p>Учащийся умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги. 	<p>Учащийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги. 	<p>Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.</p>	<p>Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.</p>

4. Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка «5» (12, 13, 14)	Оценка «4» (9, 10, 11)	Оценка «3» (6, 7, 8)	Оценка «2» (5, 4, 3, 2, 1)
<p>Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за</p>	<p>Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста.</p>	<p>Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту.</p>	<p>Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности.</p>

определённый период времени.			
------------------------------	--	--	--

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определённую трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий даёт основание учителю для выставления высокой оценки.

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, лёгкой атлетике – путём сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учётом общих оценок по разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

9.Список литературы

1. *Каинов, А. Н.* Методические рекомендации при планировании прохождения материала по физической культуре в общеобразовательных учреждениях на основе баскетбола (программа А. П. Матвеева) / А. Н. Каинов. – Волгоград : ВГАФК, 2003. – 68 с.

2. *Каинов, А. Н.* Методические рекомендации планирования прохождения материала по предмету «Физическая культура» в основной школе на основе баскетбола : программа В. И. Лях, А. А. Зданевича / А. Н. Каинов, Н. В. Кольшикина. – Волгоград : ВГАФК, 2005. – 52 с.

3. *Лях, В. И.* Комплексная программа физического воспитания учащихся : 1–11 классы / В. И. Лях, А. А. Зданевич // Физкультура в школе. – 2004. – № 1–8.

4. *Лях, В. И.* Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М. : Просвещение, 2012.

5. *Настольная книга учителя физической культуры* / авт.-сост. Г. И. Погадаев ; под ред. Л. Б. Кофмана. – М. : Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.

6. *Настольная книга учителя физической культуры* : справ.-метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. – М. : ООО «Изд-во АСТ» : ООО «Изд-во Астрель», 2003. – 526 с.

7. *Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по физической культуре* / авт.-сост. А. П. Матвеев, Т. В. Петрова. – М. : Дрофа, 2001. – 128 с.

8. *Пояснительная* записка к федеральному базисному учебному плану и примерный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ // Физкультура в школе. – 2006. – № 6.

9. *Физическое* воспитание учащихся 10–11 классов : пособие для учителя / под ред. В. И. Ляха, Г. Б. Мейксона. – М. : Просвещение, 1998. – 112 с.