

### Предметная программа по спорту

#### 1. Общая часть

##### А) Вступление

Основная цель начального и базового школьного образования - гармоничное развитие личности. Обязательным условием для достижения этой цели является занятие спортом и физическое воспитание. Понимание необходимости заниматься физическими активностями следует внушить подростку с самого начала, когда он ещё является учащимся младших классов. Он должен осознать, что здоровье - это не просто отсутствие какой-либо болезни, а способность организма предотвращать заболевания. А это возможно только при соблюдении правил здорового образа жизни. Он также должен осмыслить, что физическая активность – предпосылка продления жизни, а также социального и материального благополучия.

Требования предметной программы по спорту направлены на радикальное изменение отношения к этой учебной дисциплине. На учащихся возлагается больше ответственности при выполнении спортивных активностей, так как им надо будет самостоятельно решать возникшие в ходе спортивных соревнований проблемы, принимать быстрые решения и устанавливать с товарищами по команде социальную интеракцию. Многообразие видов спорта дает мальчикам и девочкам равные возможности для выявления и развития своих физических способностей. Приобретённые в школе необходимые навыки здорового образа жизни будут сопровождать подростков всю жизнь. И это является прочной основой для того, чтобы они стали активными и трудоспособными гражданами. А здоровое и трудоспособное население – обязательная предпосылка развития обороноспособности страны, её экономики и благосостояния.

Введение в школу спорта в качестве учебной дисциплины предполагает участие в нём не только успешных в спорте учащихся. Необходимо создать такие условия, чтобы каждый ученик смог принять участие в спортивных тренировках и соревнованиях. Увлекательные и результативные уроки по спорту и физической подготовке должны убедить учащихся в возможности и необходимости развития собственных физических умений, способствовать их самоутверждению.

Повышение качества обучения спорту и физической подготовки будет способствовать также психофизическому развитию учащихся, приобщению их к здоровому образу жизни, как к определённой ценности, и привитию им соответствующих навыков и умений. Таковыми являются: справедливая игра, командный дух, индивидуальное и командное самовыражение, взаимопомощь, внутренняя дисциплина, планирование совместных действий, разделение ответственности и лидерство, ненасильственные взаимоотношения, коллегиальность, взаимопонимание.

С точки зрения превенции применения наркотиков, спортивные игры подразумевают формирование следующих навыков и ценностей: стремление к достижениям, достойное отношение к поражению, восприятие правил здорового образа жизни и приобщение к нему, получение удовлетворения от ощущения собственных сил, самопознание и самоутверждение, ощущение в здоровом коллективе (в кругу ровесников) своей идентичности и т.д.

С точки зрения превенции социальной маргинализации, спортивные игры подразумевают недискриминационный подход, то есть интегрирование социально незащищённых детей (в том числе, беженцев, сирот, детей, лишённых родительской опеки) в общество социально защищённых ровесников посредством их совместного участия в групповых действиях, и таким образом преодоления отчуждения между ними.

Спортивные игры предполагают и укрепление гендерного равенства посредством равноправного участия в различных спортивных играх девочек и мальчиков.

От школы требуется создать условия для учащихся с ограниченными возможностями (напр., учащиеся, имеющие физические проблемы, учащиеся, пользующиеся инвалидной коляской, учащиеся, имеющие нарушение в умственном развитии, учащиеся с нарушением зрения или слуха и др.), чтобы они могли заниматься на спортивных уроках и участвовать в школьных соревнованиях на основе разработанного для них индивидуального плана.

## **Б) Цели обучения предмету**

Целями обучения учащегося данному предмету являются:

- Приобщить его к физической активности и, тем самым, способствовать физическому развитию;
- Способствовать осознанию того, как важно для человека соблюдать правила здорового образа жизни;
- Привить такие важные для будущего гражданина умения и качества, как: способность самостоятельно принимать решения, навыки к конструктивному сотрудничеству, ответственность, терпимость и др.

## **В) Описание ступеней обучения предмету**

Спорт, как учебная дисциплина, на каждой из трёх (начальной, базовой и средней) ступеней школьного образования имеет свою специфику.

### **Начальная ступень (I-VI классы)**

На начальной ступени школьного образования особое внимание уделяется общей физической подготовке учащегося и выработке у него таких базовых двигательных навыков, которые помогут ему в дальнейшем - на базовой и средней ступенях - активно заниматься разными видами спорта.

Цели и задачи:

- Ознакомление с правилами здорового образа жизни и привитие навыков их соблюдения;
- Формирование и стимулирование самостоятельных двигательных действий;
- Освоение техники несложных физических упражнений;
- Владение комплексом общеразвивающих упражнений и его использование;
- Выработка умений и навыков правильной моторики;

На начальной ступени школьного образования учащийся привыкает к самостоятельности. Для этого ему нужно знать:

- *О практическом значении того или иного упражнения (или движения) и необходимости его использования для физического развития.* В начале урока учащихся надо убедить в значимости данного упражнения. Напр., если речь будет идти об упражнениях, развивающих ловкость, то надо говорить о практическом значении ловкости. То есть, на первый план следует выдвинуть осмысленную мотивацию, чтобы учащиеся поняли значение того или иного упражнения и освоили его, начиная с изучения простых движений и приобщаясь, в конечном итоге, к здоровому образу жизни.
- *О назначении движения (действия).* Напр., если дело касается ловкости или быстроты действий, то учащийся должен уметь выявлять определённую закономерность в комплексе упражнений и выполнять их самостоятельно или усложнять.
- *О необходимости соблюдения очередности выполнения упражнений на уроке.* Учащимся следует объяснить, почему необходимы общеразвивающие и специальные упражнения и почему их следует выполнять в начале урока. Учащиеся должны понимать, что упражнения, направленные на развитие навыков ориентации в пространстве (напр., бег с препятствиями), должны предшествовать игре в баскетбол, а бег на месте – подвижным играм и т.д.

*Методы работы на начальной ступени.*

В I-VI классах без эмоционального подхода к процессу обучения невозможно развить у учащихся творческую и физическую активность. Поэтому, на уроках преимущество должно отдаваться играм и состязаниям между группами. Увлекательные соревнования,

сопровождающиеся даже небольшими поощрениями учащихся, будут служить значительным стимулом для них и способствовать включению их в учебный процесс.

Работа по обучению предмета должна быть направлена на улучшение показателей физического состояния и здоровья учащихся. Учащийся, прошедший учебную программу по физической подготовке, должен уметь самостоятельно пользоваться выработанными навыками моторики.

Использование игры, как одного из педагогических методов, способствует возникновению у учащихся мотивации и, как следствие, учебный процесс становится более увлекательным. В V-VI классах весёлые игры у учащихся улучшают двигательные навыки, повышают способность анализировать ситуацию, развивают фантазию, умение ориентироваться в пространстве и времени.

### **Базовая ступень (VII-IX классы)**

Целями и задачами обучения спорту на базовой ступени являются:

- Укрепление здоровья учащихся и их всестороннее физическое развитие;
- Организация спортивных активностей и помощь в проявлении самостоятельности;
- Развитие физических возможностей и специальной физической подготовки, нужной для усовершенствования спортивной техники и тактики в выбранном виде спорта;
- Изучение и усовершенствование техники движений и действий в выбранном виде спорта;
- Соблюдение гигиены в процессе спортивных тренировок и профилактика травматизма;
- Самооценка физической подготовки;
- Самоконтроль и соблюдение правил безопасности;

*Методы работы на базовой ступени;*

В VII-IX классах распределение времени на уроках спорта происходит в зависимости от конкретных задач тренировки. Особое внимание уделяется физической подготовке, а технической подготовке – приблизительно 50%. Придаётся особое значение также интегральной подготовке. Это обусловлено необходимостью объединения компонентов тренировки (физической, технической, тактической подготовки) с целью их эффективного применения во время проведения игр и соревнований.

На этом этапе обучения большое значение имеет формирование у учащегося системы личностных и социальных ценностей: чувства долга, бесстрашия, личной ответственности, умения работать в группе, соблюдения правил соревнования, укрепления спортивного духа. В процессе тренировок определяется психологический статус учащихся. У них появляется вера в собственные силы, развиваются навыки самопознания, самооценки и самоконтроля.

### **Средняя школа (X-XII классы).**

Целями и задачами обучения учащихся спорту на средней ступени являются:

- Соблюдение правил здорового образа жизни;
- Стимулирование на уроке и после урока спортивной активности и творческого подхода;
- Стремление к физическому совершенствованию;
- Совершенствование техники и тактики по выбранному виду спорта;
- Распределение в выбранной спортивной игре соответствующих функций для каждого учащегося с учётом его индивидуальной подготовки;
- Психологическая подготовка учащихся и выработка у них умения анализировать результаты тренировок;
- Стимулирование мотивации массового участия учащихся в соревновательных процессах.

*Методы работы на средней ступени.*

В процессе обучения преподаватель обеспечивает развитие у учащихся эмоциональности, бодрости и позитивного настроения, прививает им интерес к спортивным соревнованиям, а также регулирует нагрузку. Педагог советует, в каком виде спорта учащийся сможет максимально проявить свои возможности.

Спортивная активность учащегося и его участие в соревнованиях способствует развитию у него силы воли, целеустремлённости, адаптации в команде и коллективе. вырабатывает чувство справедливости и т.д.

Преподаватель должен обеспечить – с учётом индивидуальных особенностей каждого ученика – формирование спортивных умений, а также научить принимать тактические решения. Преподаватель должен уметь находить конструктивный подход к тренировочным процессам, в процессе урока делать адекватные комментарии и давать надлежащие инструкции, вести записи об активности учащихся, применять методы поощрения или осуждения (наказания), проявлять и соблюдать справедливость и оказывать эффективное воздействие на тренировочный процесс.

На третьей ступени школьного образования основной функцией преподавателя спорта является комплексное развитие у учащихся навыков моторики, их интегральная подготовка, что определяется, в основном, контрольными соревнованиями. Каждый тренировочный урок преподаватель должен проводить в позитивном настроении.

## **Г) Организация обучения предмету.**

Обучение данному предмету ведётся на всех трёх ступенях общеобразовательной школы. На каждой ступени спорт изучается в качестве обязательного предмета.

Из рекомендуемого перечня различных видов спорта для базовой и средней ступеней школа должна выбрать не менее трёх. Это даст возможность девочкам и мальчикам в равной степени приобщиться к групповым или индивидуальным видам спорта.

К каждому виду спорта для базовой и средней ступеней будут созданы учебники трёх уровней (I, II и III). Преподаватель с учётом ситуации конкретного класса выберет учебник соответствующего уровня и по этому учебнику будет вести учебный процесс. Таким образом, в каждом классе, возможен выбор любого уровня обучения. Например, если учащиеся начинают занятия по баскетболу в 10-ом, то преподаватель проводит обучение, руководствуясь учебником по баскетболу первого уровня.

### **Перечень видов спорта.**

#### **Виды спортивных игр:**

1. Футбол.
2. Баскетбол.
3. Волейбол.
4. Гандбол.
5. Регби.
6. Теннис.
7. Настольный теннис.
8. Бадминтон.
9. Хоккей на траве.
10. Шахматы.

#### **Виды двоеборья:**

11. Грузинская борьба.
12. Греко-римская борьба.
13. Свободная борьба.
14. Дзюдо.
15. Самбо.
16. Различные виды восточного двоеборья.

#### **Индивидуальные виды спорта:**

17. Лёгкая атлетика.
18. Спортивная гимнастика.
19. Художественная гимнастика.
20. Спортивная акробатика.
21. Спортивная аэробика.
22. Плавание.

23. Лыжный спорт.
24. Фигурное катание.
25. Спортивные танцы (латиноамериканская программа).
26. Современные танцы.

При выборе определённого вида спорта школа должна учитывать квалификацию специалистов, имеющуюся инфраструктуру, своеобразие региона и местные традиции. В том случае, если у школы нет спортивного зала или спортивной площадки, желательно, чтобы школьная администрация позаботилась о возможности использования существующей в городе (деревне, посёлке) спортивной инфраструктуры.

Преподаватель должен запланировать уроки по спорту таким образом, чтобы вместе с физической, технической, тактической и психологической подготовкой учащийся получил знания о здоровом образе жизни.

#### **Д) Описание направлений обучения предмету.**

**Направлениями обучения спорту на начальной ступени являются:**

1. **Здоровье и безопасность.** Учащиеся узнают, как взаимосвязаны физическая активность, здоровье и физическое развитие; осознают значение здорового образа жизни; у них развиваются навыки соблюдения правил безопасности.
2. **Движение и навыки моторики.** Учащиеся овладевают навыками различных видов моторики; посредством занимательных и развлекательных подвижных игр развивают основные физические качества и усваивают базовые элементы техники различных видов спорта.
3. **Активное участие в спорте.** Учащиеся привыкают к дисциплине, учатся внимательно прислушиваться к чужому мнению; соблюдают правила, необходимые для успешного существования в социальной среде.

**Направлениями обучения спорту на базовой и средней ступенях являются:**

1. **Здоровье и безопасность.** Учащиеся узнают, как взаимосвязаны физическая активность, здоровье и физическое развитие; осознают значение здорового образа жизни; у них развиваются навыки соблюдения правил безопасности.
2. **Движение и навыки моторики.** Учащиеся овладевают навыками различных видов моторики; развивают основные физические качества, занимаются различными видами спорта.
3. **Активное участие в спорте.** Исходя из возможностей овладения определёнными видами спорта, знакомятся с модификацией комплексов соответствующих упражнений, приобщаются к различным видам спорта (к футболу, баскетболу, волейболу, лёгкой атлетике, гимнастике); активно участвуют в школьных, районных и др. соревнованиях, а также в планировании спортивно-оздоровительных походов и других мероприятий. Всё это способствует развитию навыков творческого и критического мышления, выработке механизмов самоконтроля и контроля других, изучению основных правил спортивных игр, усвоению правил честной игры, навыков толерантности.

#### **Включение учащихся с особыми образовательными потребностями в процесс урока спорта**

Для включения учащегося с особыми образовательными потребностями в предметную программу по спорту необходимо провести дополнительную (специальную) работу, в том числе, определить возможности и нужды учащегося, модифицирование Национального учебного плана, адаптацию среды, составление индивидуального учебного плана и т.д.

Школа обязана обеспечить участие в уроках по спортивным активностям и физической подготовке учащегося с особыми образовательными потребностями, независимо от его физических, умственных, социальных, эмоциональных или других показателей.

Индивидуальный учебный план составляется преподавателем (преподавателями) - на основе предварительных наблюдений или оценок - при активном участии группы специалистов и родителей в соответствии с поведением учащегося, его коммуникационными способностями, возможностями и с учётом нужных ему дополнительных работ. Учащемуся с ограниченными возможностями надо предложить учебные активности, которые помогут ему развить нужные умения и способности, дадут возможность выявить индивидуальные ресурсы. Индивидуальный учебный план опирается на Национальный учебный план и учитывает все общеобразовательные нужды учащихся, способы удовлетворения этих нужд, а также дополнительные активности, которые необходимы для достижения целей, предусмотренных планом.

## Глава LIV

### Предметные компетенции на начальной ступени школьного образования.

I класс

Спорт

Стандарт

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям:

Направление		
Здоровье и безопасность.	Движение и навыки моторики.	Активное участие.
<p><b>Сп. I. 1.</b> Учащийся может соблюдать личную гигиену и элементарные правила личной безопасности.</p>	<p><b>Сп. I. 2.</b> Учащийся способен проявлять двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение – прыжки, бег; манипулирование – бросать и ловить предмет; соблюдение равновесия – перепрыгивать и соскакивать).</p>	<p><b>Сп. I. 3.</b> Учащийся может принимать участие в регулярных физических активностях, необходимых для поддержания здоровья и закаливания.</p> <p><b>Сп. I. 4.</b> Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, отношения с людьми, учитывание чужих интересов.</p>

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям, и их индикаторы:

#### Направление: Здоровье и безопасность.

**Сп. I. 1. Учащийся может соблюдать личную гигиену и элементарные правила личной безопасности.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Называет вредную для здоровья пищу;

- Описывает процедуры по уходу за зубами и телом;
- Описывает правила по безопасной эксплуатации бытовой техники (в том числе и электрической);
- Беседует о том, какие потенциальные риски могут ожидать его дома, в школе, в окружающей среде (пожар, телесные повреждения, вредное воздействие солнца, пищевое отравление и т.д.);
- Перечисляет людей, которые могут ему помочь (пожарник, врач, полицейский) и рассказывает, как он может связаться с ними (называет номера телефонов патрульной полиции, пожарной службы, службы скорой помощи);
- Называет безопасные для игры места (дом, школа, двор, спортивный зал), а также места возможного риска (река, мостовая, мусорный бункер);
- Беседует о том, как он должен вести себя при общении с незнакомыми людьми;
- Называет положительные и отрицательные стороны компьютера и телевизора.

#### **Направление: Движение и навыки моторики.**

##### **Сп. I. 2. Учащийся способен проявлять двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение – прыжки, бег; манипулирование – бросать и ловить предмет; соблюдение равновесия – перепрыгивать и соскакивать).**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Начинает и прекращает движение по указанию преподавателя (ходьба, бег, прыжки);
- Двигается (идёт, бежит, прыгает), следуя указанию преподавателя, по разным направлениям: один, вместе с другими и меняя скорость;
- Двигается по разной траектории (по прямой линии, по кругу, зигзагообразно);
- Бросает в цель одной или двумя руками мячи разных размеров;
- Ловит одной или двумя руками брошенные ему мячи разных размеров;
- Удерживает равновесие при прыжках;
- Удерживает равновесие, стоя на одной ноге без какой-либо опоры или снаряда;
- Выполняет под музыку ритмичные движения.

#### **Направление: Активное участие.**

##### **Сп. I. 3. Учащийся может принимать участие в регулярных физических активностях, необходимых для поддержания здоровья и закаливания.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Участвует во всех предусмотренных программой физических активностях (гимнастике, лёгкой атлетике, танцах, подвижных играх и соревнованиях);
- Выполняет инструкции преподавателя, внимательно слушает его и усваивает новые движения.

##### **Сп. I. 4. Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявить такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, отношения с людьми, учитывание чужих интересов.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Соблюдает правила игры;
- Осознаёт и соблюдает правила командной игры;
- Ведёт себя вежливо и старается учитывать интересы других;
- Относится бережно к другим и старается не повредить спортивный инвентарь;
- Проявляет толерантное отношение к ровесникам с особенными образовательными потребностями.

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям:

Здоровье и безопасность.	Движение и навыки моторики.	Активное участие.
<p><b>Сп. II. 1.</b>Учащийся может соблюдать личную гигиену и элементарные правила личной безопасности.</p>	<p><b>Сп. II. 2.</b> Учащийся может проявить двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение – бег, прыжки с небольшой высоты; манипулирование – кидает, ловит и мечет в цель предмет; соблюдение равновесия – ходит по прямой линии, может стоять на одной ноге).</p>	<p><b>Сп. II. 3.</b> Учащийся может принимать участие в основных физических активностях, которые способствуют укреплению его здоровья.</p> <p><b>Сп. II. 4.</b> Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, решение проблем, отношения с людьми.</p>

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям, и их индикаторы:

**Направление: Здоровье и безопасность.**

**Сп. II. 1.Учащийся может соблюдать личную гигиену и элементарные правила личной безопасности**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Систематически чистит зубы и моет руки;
- Определяет значение той или иной пищи (сладкой, жирной, солёной...) для здоровья человека;
- Описывает правила безопасного применения основной бытовой техники;
- Знает, какой транспорт ему нужен;
- Описывает правила передвижения по улице и пользования транспортом;
- Связывается в случае необходимости с родителями и близкими, с патрульной полицией, пожарной службой и службой скорой помощи;
- Знает правила адекватного поведения при природных катаклизмах (землетрясении, оползне, сходе лавин, наводнении);
- Называет номера телефонов и адреса своего дома, школы, ближайших друзей.

**Направление: Движение и навыки моторики.**

**Сп. II. 2. Учащийся может проявить двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение – бег, прыжки с небольшой высоты; манипулирование – кидает, ловит и мечет в цель предмет; соблюдение равновесия – ходит по прямой линии, может стоять на одной ноге).**

Результаты очевидны, если учащийся:



- Чередует между собой различные движения (бегает и перепрыгивает, быстро меняет направление при беге, передвигается по разным направлениям по указанию учителя);
- Бьет то одной, то другой ногой по находящемуся в покое или покотившемуся мячу, передаёт мяч другому игроку или направляет в цель с близкого или среднего расстояния;
- Водит ногой мяч на короткой дистанции;
- Передвигается и водит мяч рукой (движение баскетболиста);
- Прыгает на одной ноге, чередуя ноги по указанию преподавателя.

**Направление: Активное участие.**

**Сп. II. 3. Учащийся может принимать участие в основных физических активностях, которые способствуют укреплению его здоровья.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Активно участвует в индивидуальных и групповых упражнениях, танцах;
- Соблюдает при игре установленные правила (в случае необходимости приносит или использует инвентарь, после использования прячет его, проявляет готовность подключиться к игре, надевает соответствующую спортивную одежду);
- Выполняет полученные от преподавателя соответствующие задания, указания, инструкции.

**Сп. II. 4. Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявить такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, решение проблем, отношения с людьми.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Соблюдает правила поведения в спортивном зале или на спортивной площадке;
- Соблюдает правила игры;
- Учитывает во время игры интересы товарищей по команде и преподавателей, а при необходимости помогает им.
- Заботится во время игры об игроках;
- Предлагает товарищам по команде пути решения возникшей проблемы (как распределить во время игры функции, как урегулировать конфликт, возникший между игроками и др.);
- Проявляет толерантное отношение к ровесникам с особыми образовательными потребностями.

### III класс

#### Спорт

#### Стандарт

**Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям:**

Здоровье и безопасность.	Движение и навыки моторики.	Активное участие.
Сп. III. 1. Учащийся может соблюдать личную гигиену и элементарные правила личной безопасности.	Сп. III. 2. Учащийся способен проявить двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение: бегают и догоняют; манипулирование: бросает и	Сп. III. 3. Учащийся может принимать участие в основных физических активностях, укрепляющих его здоровье. Сп. III. 4. Учащийся способен - на основе участия

	мечет предмет в цель; соблюдение равновесия – делает телодвижения в разные стороны, умеет вращаться.	в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, решение проблемы, отношения с людьми. <b>Сп. III. 5.</b> Учащийся может связать физическую активность с состоянием тела .
--	---	--

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям, и их индикаторы:

#### **Направление: Здоровье и безопасность.**

##### **Сп. III. 1. Учащийся может соблюдать личную гигиену и элементарные правила личной безопасности**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Называет продукты, которые он должен выбрать с целью сохранения здоровья и физической активности;
- Беседует о значении чистоты тела и здоровья зубов для здоровья человека;
- Описывает положительное влияние физической активности на здоровье человека;
- Описывает, как он должен обезопасить себя от лёгких травм во время физической активности;
- Описывает основные правила соблюдения дорожной безопасности (переход, светофор);
- Описывает отрицательное воздействие табака и алкоголя на физическое развитие.

#### **Направление: Движение и навыки моторики.**

##### **Сп. III. 2. Учащийся способен проявить двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение: бегаёт и догоняет; манипулирование: бросает и мечет предмет в цель; соблюдение равновесия – делает телодвижения в разные стороны, умеет вращаться.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Сочетает разные движения во время физической активности, меняет скорость и направление;
- Двигается по разным направлениям, обходит препятствия, вырывается из рук противника;
- Передвижение вместе с мячом (набивание рукой или ногой);
- Выбирает – с мячом или без него - оптимальную скорость и оптимальный путь для достижения цели;
- Бьёт мечом по цели или передаёт его стоящему на месте партнёру;
- Делает обманные движения с мячом или без него;
- Не даёт возможность лёгкому мячу (шару) упасть на землю (набивает мяч ногой, рукой, головой или плечом);
- Перепрыгивает невысоко после разбега с короткого расстояния;
- Удерживает равновесие на перекладине;
- Делает разнонаправленные телодвижения (во время тренировки на перекладине или гимнастической стенке).

#### **Направление: Активное участие.**

##### **Сп. III. 3. Учащийся может принимать участие в основных физических активностях, укрепляющих его здоровье.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Активно участвует в индивидуальных и групповых упражнениях, танцах и играх;
- Активно включается в игры в школе и во дворе;
- Использует во время каникул знания, полученные в школе, и делится ими с другими.

**Сп. III. 4. Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявить такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, решение проблемы, отношения с людьми.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Соблюдает правила во время игры;
- Учитывает интересы товарищей по группе;
- Имеет собственные представления о правах и обязанностях детей;
- Уважает как игроков своей команды, так и игроков из команды- соперника; бережно относится к спортивному инвентарю;
- Ставит цель («хочу научиться упражнениям и овладеть техникой, хочу делать быстрее» и т.д.) и вместе с учителем планирует пути и способы достижения этой цели.

**Сп. III. 5. Учащийся может связать физическую активность с состоянием тела.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Описывает особенности тренированного тела (красивая фигура, крепкие мышцы, физическая выносливость);
- Описывает своё физическое состояние (дыхание, пульс) до тренировки, во время тренировки, после неё.

**IV класс  
Спорт**

**Стандарт**

**Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям:**

<b>Здоровье и безопасность.</b>	<b>Движение и навыки моторики.</b>	<b>Активное участие.</b>
<b>Сп. IV.1.</b> Учащийся может соблюдать личную гигиену и правила личной безопасности.	<b>Сп. IV. 2.</b> Учащийся может проявить двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение: – убегает и догоняет; манипулирование: бросает ногой и ловит предмет; соблюдение равновесия – переносит тяжесть тела с одной	<b>Сп. IV. 3.</b> Учащийся может принимать участие в основных физических активностях, укрепляющих его здоровье.  <b>Сп. IV.4.</b> Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки,

	ноги на другую или с одной руки на другую .	какими являются: постановка цели, принятие решения, целенаправленное действие, решение проблем, отношения с людьми.
--	---	---

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям, и их индикаторы:

#### **Направление: Здоровье и безопасность.**

##### **Сп. IV. 1. Учащийся может соблюдать личную гигиену и правила личной безопасности.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Беседует о значении здоровья для человека и преимуществах здорового образа жизни;
- Называет факторы, которые влияют на рациональное развитие тела (диета, тренировка);
- Соблюдает при передвижении правила безопасности движения;
- Узнаёт графические условные знаки (пиктограммы), которые способствуют правильной и безопасной ориентации человека в общественных местах;
- Описывает краткосрочное и долгосрочное воздействие табака на состояние здоровья активного и пассивного курильщика;
- Называет те факторы (телевидение, реклама, среда), которые оказывают влияние на решение человека, употреблять или не употреблять табак.

#### **Направление: Движение и навыки моторики.**

##### **Сп. IV. 2. Учащийся может проявить двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение: – убегает и догоняет; манипулирование: бросает ногой и ловит предмет; соблюдение равновесия – переносит тяжесть тела с одной ноги на другую или с одной руки на другую .**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Сочетает во время ритмических упражнениях разные по степени сложности и скорости движения, под музыку меняет темп;
- Использует необходимые основные элементы командных игр (футбола, баскетбола, волейбола, гандбола, регби);
- Бьёт на бегу с различных расстояний мячом по цели, или передаёт мяч другому;
- Останавливает мяч при дриблинге, ногой передаёт другому игроку;
- Виснет руками (одной рукой, меняя руки) на турнике, гимнастической стенке, верёвке, приподнимается, раскачивается, передвигается, меняя руки;
- Удерживает равновесие на гимнастическом стуле, при прохождении по бревну, выполняет различного вида упражнения на гимнастической стенке;
- Спрыгивая с небольшой высоты, меняет место и направление прыжка.

#### **Направление: Активное участие.**

##### **Сп. IV. 3. Учащийся может принимать участие в основных физических активностях, укрепляющих его здоровье.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Участвует в физических активностях, предусмотренных программой;

- Вместе с преподавателем, исходя из своих целей или с учётом здоровья и телосложения, планирует необходимые для себя физические упражнения и выполняет их.

**Сп. IV. 4. Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, принятие решения, целенаправленное действие, решение проблем, отношения с людьми.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Планирует физические активности, определяет цель и составляет план действий (определяет, кто ему может помочь в достижении цели, каким образом сможет он понять, достиг он цели или нет);
- Соблюдает правила игры и этикет; достойно относится как к победе, так и поражению;
- Проявляет уважение к другим игрокам (беседует вежливо, прислушивается к чужому мнению, соблюдает корректность во время спора);
- Участвует охотно в физических активностях вместе с ровесниками, имеющими ограниченные физические возможности, с партнёрами противоположного пола, а также партнёрами старше и младше его;
- Отказывается в корректной форме от неприемлемого для него предложения; приводит доводы для защиты своей позиции.

**V класс  
Спорт**

**Стандарт**

**Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям:**

Здоровье и безопасность.	Движение и навыки моторики.	Активное участие.
<p><b>Сп. V. 1.</b> Учащийся может определить здоровье, как одну из важнейших предпосылок успешного существования в обществе.</p>	<p><b>Сп. V. 2.</b> Учащийся может проявить все основные двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение, манипулирование, соблюдение равновесия).</p>	<p><b>Сп. V. 3.</b> Учащийся может принимать участие в физических активностях, укрепляющих его здоровье.</p> <p><b>Сп. V. 4.</b> Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, принятие решения, целенаправленное действие, решение проблем, отношения с людьми.</p>

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям, и их индикаторы:

**Направление: Здоровье и безопасность.**

**Сп. V. 1. Учащийся может определить здоровье, как одну из важнейших предпосылок успешного существования в обществе.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Разъясняет, почему его благополучие зависит от здоровья, и какие отрицательные последствия оказывает слабое здоровье (хилое телосложение, отставание в учёбе, низкие спортивные показатели);
- Разъясняет, что такое калория, ее функции и назначение;
- Опознаёт те факторы (доверие, добросовестность, заботливость), которые обуславливают здоровые взаимоотношения между членами семьи, друзьями и, в целом, между людьми;
- Описывает краткосрочное и долгосрочное воздействие алкоголя на человеческий организм;
- Беседует о том, каким образом следует отклонить (отказаться, уйти) предложение выпить спиртное или покурить.

**Направление: Движение и навыки моторики.**

**Сп. V. 2. Учащийся может проявить все основные двигательные умения, необходимые для участия в физических активностях (передвижение, манипулирование, соблюдение равновесия).**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Сочетает друг с другом разнообразные по виду и скорости движения (бег, перепрыгивание, соскок, удерживание равновесия на узкой перекладине, удерживание в руках предметов, различных по форме, размеру и тяжести, попадание в цель, определение расстояния);
- Использует основные элементы различных командных игр (футбола, баскетбола, волейбола, гандбола, регби), соблюдает их правила и реагирует на звуковые сигналы;
- Исполняет под музыку танцевальные и ритмические движения;
- Ловит и передаёт - во время передвижения – мяч товарищам по команде.

**Направление: Движение и навыки моторики.**

**Сп. V. 3. Учащийся может принимать участие в физических активностях, укрепляющих его здоровье.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Участвует в предусмотренных программой физических активностях;
- Выполняет регулярно физические активности, соответствующие индивидуальным целям;
- Соблюдает правила безопасности во время выполнения упражнений или физических активностей;
- Проверяет в течение учебного года, каковы его достижения за определённые интервалы времени.

**Сп. V. 4. Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, принятие решения, целенаправленное действие, решение проблем, отношения с людьми.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Выполняет свою функцию и берёт на себя определённую ответственность во время участия в командной игре;
- Стремится к лидерству в команде и одновременно учитывает интересы участников спортивной игры;
- Проявляет внимание к инициативе, выдвинутой другими, и высказывает собственное мнение по поводу этой инициативы;

- Участвует охотно в физических активностях вместе с ровесниками, имеющими ограниченные физические возможности, а также с партнёрами другого пола, старше или младше его по возрасту;
- Проявляет интерес к проблемам детей младшего возраста, обучает их технике спортивных игр;
- Противится фактам повреждения растений во дворе или за его пределами, выбрасывания мусора на улице, жестокого обращения с животными и пр.

## VI класс

### Спорт

#### Стандарт

**Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям:**

Здоровье и безопасность.	Движение и навыки моторики.	Активное участие.
<p><b>Сп. VI. 1.</b> Учащийся может определить здоровье, как одну из важнейших предпосылок успешного существования в обществе.</p> <p><b>Сп. VI. 2.</b> У учащегося развиты навыки соблюдения собственной безопасности и безопасности других, а также умение находить выход из критической ситуации.</p>	<p><b>Сп. VI. 3.</b> Учащийся может проявлять все основные двигательные навыки, необходимые для участия в физических активностях (передвижение, манипулирование, соблюдение равновесия).</p>	<p><b>Сп. VI. 4.</b> Учащийся может принимать участие в физических активностях, укрепляющих его здоровье.</p> <p><b>Сп. VI. 5.</b> Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, принятие решения, целенаправленное действие, решение проблем, отношения с людьми.</p>

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям, и их индикаторы:

#### **Направление: Здоровье и безопасность.**

**Сп. VI. 1. Учащийся может определить здоровье, как одну из важнейших предпосылок успешного существования в обществе.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Участвует в регулярных физических активностях;
- Осознаёт и разъясняет, какое влияние оказывает применение наркотиков на здоровье человека;
- Разъясняет, какое влияние на человека оказывают масс-медиа, общественность и семья, в выборе им здорового образа жизни.

**Сп. VI. 2. У учащегося развиты навыки соблюдения собственной безопасности и безопасности других, а также умение находить выход из критической ситуации.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Описывает правила безопасности, которые он должен соблюдать во время принятия солнечного загара, купания в реке или море, походов и путешествий;
- Рассказывает, о том, как окажет помощь, если кто-нибудь поблизости получит травму;
- Описывает, как он отреагирует на неожиданную опасность или возникшую критическую ситуацию (драку, насилие, пожар и др.) в школе, на улице или в других местах.

**Направление: Движение и навыки моторики.**

**Сп. VI. 3. Учащийся может проявлять все основные двигательные навыки, необходимые для участия в физических активностях (передвижение, манипулирование, соблюдение равновесия).**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Использует основные технические элементы, нужные для командных игр (футбол, баскетбол, волейбол и др.);
- Выполняет простые акробатические элементы (кувыркание, опорный прыжок через «козёл» и др.)
- Использует стратегию и прибегает к разным тактическим приёмам во время командной игры для достижения цели;
- Выполняет ритмичные движения с использованием различного спортивного инвентаря (скакалки, мяча, обруча и др.);
- Активно использует во время игры доступные ему различные предметы (верёвку, «козёл», бревно и др.);
- Бегает на разных дистанциях;
- Улучшает посредством активных тренировок приобретённые ранее основные навыки моторики;
- Выполняет подготовительные упражнения перед активной спортивной игрой.

**Направление: Активное участие.**

**Сп. VI. 4. Учащийся может принимать участие в физических активностях, укрепляющих его здоровье.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Участвует в предусмотренных программой физических активностях;
- Принимает участие в соревнованиях различного ранга;
- Принимает участие в спортивных походах;
- Выполняет регулярно физические активности, соответствующие индивидуальным целям;
- Соблюдает правила безопасности в процессе выполнения упражнений или физических активностей;
- Проверяет свои достижения за определённые интервалы времени.

**Сп. VI. 5. Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, принятие решения, целенаправленное действие, решение проблем, отношения с людьми.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Участвует охотно в физических активностях вместе с ровесниками, имеющими ограниченные физические возможности, а также с партнёрами другого пола, другой национальности, другого вероисповедания, старшими или младшими по возрасту;



- Соблюдает дисциплину во время командной игры, а также контролирует своё поведение и эмоции;
- Действует согласованно с товарищами по группе для достижения общей спортивной цели;
- Участвует активно в очищении окружающей среды от мусора, ухаживает за растениями, заботится о домашних животных;
- Заботится во время похода о слабых и младших (по возрасту);
- Следит систематически за спортивными новостями в средствах меди и делится с другими информацией; активно следит за спортивными новостями и анализирует их.

## Глава LV

Предметные компетенции на базовой ступени школьного образования

### VII - IX классы

#### Спорт

#### Стандарт

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям:

Здоровье и безопасность.	Движение и навыки моторики.	Активное участие.
<p><b>Сп. VII-IX. 1.</b> Учащийся может следовать здоровому образу жизни, как одному из важнейших условий физического и психического здоровья и успешного существования в обществе.</p> <p><b>Сп. VII-IX. 2.</b> Учащийся способен установить связь между физическими активностями и своим физиологическим и психическим развитием.</p> <p><b>Сп. VII-IX. 3.</b> Учащийся может осознавать необходимость соблюдения правил безопасности и овладеть способами выхода из трудной ситуации.</p>	<p><b>Сп. VII-IX. 4.</b> Учащийся способен проявлять во время спортивных активностей все основные и необходимые двигательные умения и навыки.</p>	<p><b>Сп. VII-IX. 5.</b> Учащийся может принимать участие в физических активностях, укрепляющих его здоровье.</p> <p><b>Сп. VII-IX. 6.</b> Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, принятие решения, целенаправленное действие, решение проблем, отношения с людьми.</p>

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям, и их индикаторы:

**Направление: Здоровье и безопасность**

**Сп. VII-IX. 1. Учащийся может следовать здоровому образу жизни, как одному из важнейших условий физического и психического здоровья и успешного существования в обществе.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Участвует в регулярных физических активностях с целью поддержания спортивной формы;
- Осознаёт влияние количества и качества пищи на здоровье и общее физическое состояние, а также понимает суть сбалансированного питания (избыток и дефицит калорий);
- Понимает рискованность соблюдения диеты для похудения при избыточном весе без врачебного наблюдения;
- Описывает, какое воздействие оказывают употребление психоактивных веществ – наркотиков, алкоголя, психотропных веществ и табака - на физическое и психическое здоровье человека и на его социальный статус;

**Сп. VII-IX. 2. Учащийся способен установить связь между физическими активностями и своим физиологическим и психическим развитием;**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Осмысливает связь между физической активностью и соблюдением здорового образа жизни (, с одной стороны,) и нормальным функционированием тела (опорно-двигательной системы) и внутренних органов (сердечнососудистой, дыхательной, пищеварительной, выделительной систем) (- с другой);
- Рассуждает о воздействии вредных веществ (вызывающих апатию, агрессию, депрессию, рассеянность внимания, снижение памяти и др.) на психику и здоровье человека;
- Видит связь между изменениями в телосложении и физическими активностями, здоровым образом жизни;
- Осознаёт влияние спортивных соревнований на формирование психологического и физиологического статуса подростка; устанавливает связь между эмоционально-физическим складом учащегося и соревновательным процессом.

**Сп. VII-IX. 3. Учащийся может осознавать необходимость соблюдения правил безопасности и овладеть способами выхода из трудной ситуации.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Анализирует возможные риски в различных местах и ситуациях, потенциально содержащих опасность;
- Адекватно реагирует в школе, на улице или в других местах на внезапно возникшую опасность и критическую ситуацию (насилие, пожар, автоаварию) и обращается в соответствующие службы (полицию, службу скорой помощи, пожарную охрану);
- Отказывается от неприемлемого для него предложения, аргументирует и защищает свою позицию;
- Соблюдает в походе как свою безопасность, так и безопасность товарищей по группе, и использует общепринятые правила по соблюдению безопасности;
- Избегает опасные - с точки зрения травматизма – ситуации и места (горы, скалы, лёд, реки и др.);
- Использует в лесу навыки ориентации (применение компаса, определение азимута и сторон света); может найти или соорудить временное пристанище, раздобыть пригодную пищу (еду);
- Оказывает другим первичную медицинскую помощь с использованием соответствующих медицинских средств;

**Направление: Движение и навыки моторики.**

**Сп. VII-IX. 4. Учащийся способен проявлять во время спортивных активностей все основные и необходимые двигательные умения и навыки;**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Улучшает посредством активных тренировок приобретённые ранее основные навыки моторики;
- Участвует в командных играх, как полноценный член команды;
- Владеет правилами основных видов спорта и спортивных игр;
- Активно использует музыкальное сопровождение и танцевальные движения во время тренировок (аэробику, ритмику, спортивные танцы);
- Делает подготовительные упражнения перед тренировками и соревнованиями;
- Отдаёт предпочтение - в случае усталости, вызванной умственным трудом, - активному отдыху (для восстановления работоспособности): подвижным играм, увлекательным спортивным соревнованиям и т.д.).

**Направление: Активное участие.**

**Сп. VII-IX. 5. Учащийся может принимать участие в физических активностях, укрепляющих его здоровье.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Участвует в предусмотренных программой видах спорта;
- Участвует в разнообразных спортивных соревнованиях;
- Участвует в различных по продолжительности времени и по степени трудности походах;
- Выполняет регулярно физические упражнения, исходя из индивидуальных целей;
- Проверяет собственные достижения за определённый интервал времени;
- Делает записи о текущих спортивных активностях и физическом самочувствии после выполнения данных активностей.

**Сп. VII-IX. 6. Учащийся способен - на основе участия в физических активностях - проявлять такие жизненно важные умения и навыки, какими являются: постановка цели, принятие решения, целенаправленное действие, решение проблем, отношения с людьми.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Участвует охотно в физических активностях вместе с ровесниками, имеющими ограниченные физические возможности, а также с детьми другого пола, старшими или младшими по возрасту;
- Соблюдает дисциплину во время командной игры, а также регулирует своё поведение и эмоции, не поддаётся на провокации;
- Адекватно воспринимает выигрыш или проигрыш, проявляет чувство меры при выражении эмоций;
- Действует с товарищами по группе согласованно для достижения общей спортивной цели;
- Относится внимательно к идеям, предложенным другими, старается высказать собственное соображение;
- Ставит цель и старается осуществить её;
- Участвует активно в охране окружающей среды, ухаживает за растениями, заботится о животных;

- Объясняет младшим по возрасту правила поведения в окружающей среде (о недопустимости разбрасывания мусора, повреждения растений и о необходимости заботы о животных);
- Заботится во время похода о слабых и младших по возрасту;
- Следит активно за спортивными новостями и анализирует их.

## Глава LVI

Предметные компетенции на средней ступени школьного образования

### X - XII классы

#### Спорт

#### Стандарт

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям:

Здоровье и безопасность.	Движение и навыки моторики.	Активное участие.
<p><b>Сп. X-XII. 1.</b> Учащийся может осмыслить необходимость занятия спортом и здорового образа жизни, как важнейшего условия для физического и психического здоровья и успешной интеграции в общество.</p> <p><b>Сп. X-XI. 2.</b> Учащийся может осмыслить возможные риски, сопутствующие процессу интеграции в общество.</p>	<p><b>Сп. X-XII. 3.</b> Учащийся может проявить интерес к выбранному им виду спорта.</p> <p><b>Сп. X-XII. 4.</b> Учащийся может овладеть всеми основными и необходимыми двигательными навыками и умениями.</p>	<p><b>Сп. X-XII. 5.</b> Учащийся может принять активное участие во всех сферах общественной жизни.</p>

Результаты, достигаемые к концу учебного года по направлениям, и их индикаторы:

#### Направление: Здоровье и безопасность.

**Сп. X-XII. 1.** Учащийся может осмыслить необходимость спорта и здорового образа жизни, как важнейшего условия для наличия физического и психического здоровья и успешной интеграции в общество.

Результаты очевидны, если учащийся:

- Уделяет большую часть свободного времени физическому развитию тела;
- Владеет информацией об инфекциях, передаваемых половым путём, как о всемирной проблеме, о путях их распространения, о причинах осложнения инфекционных заболеваний и мерах превенции, также о ВИЧ-СПИДе и связанных с ним социальных аспектах (сигма-дискриминации).

**Сп. X-XI. 2. Учащийся может осмыслить возможные риски, сопутствующие процессу интеграции в общество.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Избегает в максимальной степени таких людей, которых замечал в употреблении наркотиков, токсических веществ и спиртных напитков, а также в противозаконных действиях;
- Избегает конфликтных ситуаций (драк, «разборок», конфликтов между соседями или товарищами);
- Воздерживается от половых связей во избежание нежелательных последствий (венерических заболеваний, СПИДа, нежелательной беременности).

**Направление: Движение и навыки моторики.**

**Сп. X-XII. 3. Учащийся может проявить интерес к выбранному им виду спорта.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Выражает особенный интерес к одному из видов спорта;
- Овладевает одним из видов спорта и достигает определённого результата с помощью квалифицированного тренера и систематической тренировки; Участвует в спортивных соревнованиях.

**Сп. X-XII. 4. Учащийся может овладеть всеми основными и необходимыми двигательными навыками и умениями.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Улучшает посредством активных тренировок приобретённые ранее основные навыки моторики;
- Участвует в командных играх, как полноправный член команды;
- Владеет правилами основных видов спорта и спортивных игр;
- Владеет каким-либо стилем плавания, умеет кататься на лыжах, водить велосипед;
- Активно использует музыкальное сопровождение и танцевальные движения во время тренировок (аэробику, ритмику, спортивные танцы);
- Выполняет разминочные упражнения перед активной тренировкой;
- Умеет - на основе приобретённых двигательных навыков – в соответствии с тяжёлыми ситуациями, возникшими во время соревнований, выполнять новые движения (спортивная экстраполяция).

**Направление: Активное участие.**

**Сп. X-XII. 5. Учащийся может принять активное участие во всех сферах общественной жизни.**

Результаты очевидны, если учащийся:

- Принимает участие в различных общественных объединениях (по охране окружающей среды, защите прав детей, заботе о пожилых);
- Проявляет инициативу в организации и проведении общественно полезных школьных или районных спортивных мероприятиях;
- Относится с пониманием к идеям, предложенным другими, старается выразить собственное мнение;
- Объясняет младшим по возрасту значение спортивных активностей и призывает их принять участие в спортивных соревнованиях;
- Активно помогает преподавателю - в случае необходимости – в организации и проведении спортивных соревнований;

- Участвует охотно в физических активностях вместе с ровесниками, имеющими ограниченные физические возможности, а также с партнёрами другого пола, другой национальности, другого вероисповедания, старшими или младшими по возрасту;