

Образовательный минимум 1 четверть 6 класс

Раздел программы – легкая атлетика, ОФП

для учащихся, относящихся по состоянию здоровья к основной и подготовительной группам здоровья:

аттестация при выполнении контрольных и тестовых нормативов по легкой атлетике и общей физической подготовке

- Бег 30 метров (60 метров)
 - Бег 500 метров
 - Бег 1000 – 1500 метров
 - Прыжок в длину (прыжок в длину с места)
 - Метание спортивного снаряда в цель и на дальность
 - Техника эстафетного бега в круговой эстафете
 - Бег на время 3 мин (развитие выносливости)
 - Челночный бег 3X10 и 4X18
-

для учащихся, освобожденных по состоянию здоровья от практических занятий физической культурой и сдающих предмет теоретически:

Темы рефератов (1 тема на выбор):

- 1 Здоровый образ жизни
- 2 Виды легкой атлетике в программе Олимпийских игр, правила соревнований
- 3 Олимпийские чемпионы-легкоатлеты из Санкт-Петербурга
- 4 Папа, мама и я – спортивная семья
- 5 Бег и прыжки в легкой атлетике

Форма аттестации – защита реферата