

Образовательный минимум 1 четверть 8 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
- Бег 60 метров
- Бег 300/ 500 метров
- Бег 2000 метров
- Прыжок в длину (прыжок в длину с места)
- Метание спортивного снаряда на дальность
- Техника эстафетного бега в круговой и встречной эстафетах
- Бег на время 6 мин (развитие выносливости)
- Челночный бег 3X10 и 4X18
- Смешанное передвижение (тест «горка»)

В подготовительной группе исключены тесты и нормативы по медицинским противопоказаниям

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

Темы рефератов (1 тема на выбор):

- 1 Легкая атлетика – королева спорта
- 2 Физическая культура – составляющая часть общей культуры человечества
- 3 Физкультура и спорт в жизни подростка
- 4 История Олимпийских игр как международного спортивного движения
- 5 Многоборья в легкой атлетике

Форма аттестации – защита реферата