



Brookes Moscow &
Saint Petersburg

АНО Международная школа «Брукс»
ОГРН 1177700021058
Юридический адрес: 129323, г. Москва,
Лазоревый проезд, д.7
Тел.: +7 499 110 70 01
info@moscow.brookes.org
info@saintpetersburg.brookes.org

Автономная некоммерческая общеобразовательная организация

Международная школа "Брукс"

УТВЕРЖДЕНО

Приказом Директора Автономной
некоммерческой общеобразовательной
организации Международная школа «Брукс»

№8-ДОП от 30.08.2021

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Физическая культура и здоровье»

(на основе программы обучения Международного Бакалавриата)

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 11 - 16 лет

Срок реализации программы: 5 лет

Составители

педагоги дополнительного образования:

Феррис Адам Дэвид , Макэндриус Адам Гэри,
Войтик Кристина Александровна.

г. Москва, 2021



Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г. и в соответствии с Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года N 196.

Педагогическая целесообразность и актуальность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Физическая культура и здоровье» составлена на основе программы обучения Международного Бакалавриата.

Выбор программы обусловлен тем, что значительное число обучающихся АНО Международная школа «Брукс» являются детьми иностранных сотрудников международных компаний, посольств и дипломатических представительств, временно командированных в Россию для осуществления трудовой деятельности.

Высокое качество образовательных стандартов программы обучения Международного Бакалавриата общепризнано в международном сообществе.

Будучи одной из наиболее распространенных образовательных программ, присутствующих в той или иной форме в разных странах мира, она позволяет семьям, которые подвержены частым переездам в связи с особенностями трудовой деятельности родителей, обеспечить непрерывность и стабильность развития и обучения для детей.

Основополагающие принципы организации АНО «Международная школа Брукс»:

1. мотивировать учеников к развитию их интеллектуальных и физических способностей;
2. поощрять развитие таких ценностей как честность, верность своим принципам и уважение к окружающим;
3. создать динамичную, счастливую и безопасную среду для обучения и развития;
4. привлекать к работе персонал высокого класса и поощрять непрерывное профессиональное и индивидуальное развитие сотрудников;
5. поощрять учеников, родителей и сотрудников на осуществление действий, направленных на благо общества и окружающего мира;
6. обеспечить стабильность, долгосрочное развитие и высокую репутацию нашей организации.

Цели и задачи программы:

Цель изучения физическая культура и здоровье в программе МYP:

- использовать исследования для изучения концепций физического, социального и медико-санитарного образования;
- принимать активное участие в различных мероприятиях;
- понять ценность физической активности;



- вести здоровый образ жизни;
- эффективно сотрудничать и общаться;
- воспитать в себе положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- извлекать уроки из своего опыта обучения.

Адресность программы:

Программа предназначена для учащихся 11 – 15 лет.

Срок реализации программы:

Программа рассчитана на 5 лет обучения.

Форма проведения занятий: в групповой и индивидуальной формах в зависимости от количества посещающих и темы занятия.

Общее количество аудиторных обязательных часов приблизительно – **1190 час за 5 лет обучения.**

Продолжительность одного учебного года (сентябрь – июнь) – **34 учебные недели.**

Количество аудиторных часов в неделю в ступени MYP Year 7,8,9,10,11 – Ступени обучения 7,8,9,10,11 - **7 часов**, (включая занятия по плаванию, теоретические занятия об основах здорового образа жизни).



Учебно-тематический план:

*Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы:
Название тем, содержание и количество часов на реализацию каждой темы
может быть скорректировано по мере изучения материала*

**MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION OVERVIEW FOR YEAR 7 (MYP 1)
Первый год обучения по программе MYP Year 7 – Ступень обучения 7 (MYP 1)**

Year 7 (MYP 1)

Даты Dates	Название темы количество о часов Unit title and teaching hours	Содержание Content	Текущее и итоговое оценивание Assessment Formative / Summative	Учебно-м етодическ ое и информа ционное обеспече ние программ ы Sources
Сентябрь – Октябрь September - October	Баскетбол 14 часов Basketball 14 hours	<p>Students will begin with an introduction to the basic skills of Basketball. Throughout the unit they will learn how to technically master skills such as dribbling, passing and shooting. They will need to work to develop these to be able to effectively select and apply the necessary skills to suit the environment. Throughout the unit students will be learning of the part that the sport of Basketball has had to play in the development of inner city communities.</p> <p>Case Studies:</p>	<p>Текущее оценивание: Тест на понимание правил и положений, касающихся баскетбола.</p> <p>Учитель наблюдает за физическими, когнитивными и социальными способностями студента во время игры в баскетбол.</p> <p>Итоговая оценка: Учитель наблюдает за учителями, участвующими в соревнованиях по баскетболу.</p>	Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATIO N



		USA - Urban development	играл в развитии городских сообществ. Тематические исследования: США - Городское развитие	<p>Formative Assessment: Test on understanding of rules and regulations regarding basketball.</p> <p>Teacher observations of student's physical, cognitive and social abilities in relation to basketball</p> <p>Summative Assessment: Teacher Observation of students participating in a competitive basketball fixture.</p>	
Ноябрь-Декабрь November – December	Фитнес 10 часов Fitness 10 hours	Students will undertake a full fitness program, beginning and ending with the same fitness to evidence any changes that may have occurred. They will study different forms of exercise and learn how to record data so that they are able to monitor changes. They will use a range of technical devices to help to demonstrate this and learn how simple developments have made big impacts in other countries.	Ученики занимаются по фитнес-программе, начиная и заканчивая теми упражнениями, чтобы зафиксировать изменения своей спортивной формы. Они изучат различные формы упражнений и научатся записывать данные, чтобы можно было отслеживать изменения. Они будут использовать ряд технических устройств, чтобы	<p>Formative Assessment: Teacher observations of student's physical, cognitive and social abilities in relation to creating a fitness training plan.</p> <p>Summative Assessment: Students produce a detailed 3 week training program focusing on one component of fitness.</p>	Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION



			<p>продемонстрировать возможности развития и узнать, каково влияние в разных странах имеет развитие физкультуры.</p>		
<p>Январь – Февраль January – February</p>	<p>Эстетика (Гимнастик а/Танец 10 часов Aesthetics (Gymnastics /Dance) 10 hours</p>	<p>Students will be introduced to a range of movements that will help them express emotions. They will progress throughout the unit to use a range of body movements both individually and in teams that can be timed to music. Students will select a culture in which to demonstrate a final performance using creative and aesthetic movements to music to express this culture.</p>	<p>Ученики познакомятся с рядом спортивных движений, которые помогают им выразить свои эмоции. Они будут показывать прогресс в различных упражнениях под музыку как индивидуально, так и в командах. Ученики выберут вид спорта, в котором будут выступать в финальных выступлениях, используя творческие и эстетические движения под музыку в выбранном виде спорта.</p>	<p>Текущее оценивание: Ученики готовят презентацию, объясняющую, что такое паркур. Formative Assessment: Students create a presentation explaining what Parkour is. Итоговое оценивание: Ученики могут спланировать и продемонстрировать эстетическую композицию паркура в группах. Summative Assessment: Students can plan and demonstrate an aesthetically pleasing parkour routine in groups.</p>	<p>Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATIO N</p>



<p>Февраль - Апрель February - April</p>	<p>Виды спорта по выбору Фрисби, доджбол (вышибалы) Лакросс Alternative Sports Frisbee Dodgeball Lacrosse</p>	<p>Students will explore a range of different games which has a common focus of rules, positioning, skill set and scoring type. They will explore and play these games with the aim of being able to adapt their own skill set to successfully completing the objectives of the game. As their assessment they will need to create a game in a group that has these 4 key aspects and deliver this game to the rest of the class.</p>	<p>Ученики будут изучать различные игры, в которых есть общие правила, позиционирование, набор специальных навыков и тип подсчета очков. Они будут изучать и играть в эти игры, чтобы иметь возможность адаптировать свои собственные навыки для успешного выполнения задач игры. Для оценивания работы, им нужно будет придумать игру для группы, которая имеет эти 4 ключевых аспекта, и представить эту игру остальной части класса.</p>	<p>Formative Assessment: Студенты создают брошюру с описанием различных видов спорта разных культур. Students create a brochure explaining different sports from different cultures. Итоговое оценивание: Студенты в группах создают новый альтернативный вид спорта с адаптированными правилами из традиционных видов спорта. Summative Assessment: Students in groups create a new alternative sport with adapted rules from traditional sports.</p>	<p>Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATIO N</p>
<p>Апрель - Май April – May</p>	<p>Индивидуальные виды спорта Легкая атлетика Individual Sports (Athletics)</p>	<p>The class will work through a range of Athletic events such as long jump javelin</p>	<p>В классе будут ряд спортивных мероприятий, таких как прыжки в длину, метание копья,</p>	<p>Текущее оценивание: Ученики создают презентацию с описанием и объяснением правил в</p>	<p>Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATIO N</p>



sprinting
long distance running
They will participate,
officialate and coach for
each of these
activities.
Throughout the unit
the students will
record their progress
and monitor any
improvements.

бег на длинные
дистанции. Ученики
будут участниками,
судьями и
инструкторами в
каждом из этих
видов.
На протяжении
всего курса
студенты будут
записывать свои
успехи и
отслеживать любые
улучшения.

различных
видах спорта.
Formative
Assessment:
Students
produce a
presentation
stating and
explaining
different
individual sports.

**Итоговая
оценка:**

Ученики
демонстрируют,
как различные
технологии
используются в
спорте.

Учащиеся
участвуют в
соревнованиях
по легкой
атлетике, а
индивидуальны
е результаты
оцениваются
учителем.

Summative
Assessment:

Students
demonstrate how
different
technologies are
used in sports.

Students
compete in a
competitive
athletics fixture
and individual
performance is
assessed by the
teacher.



<p>Май - Июнь May – June</p>	<p>Международный спорт и спортивные мероприятия International Sport and Activity</p>	<p>Students will look at the history of the olympics and study at least one famous olympic game and try and come to conclusions as to why these games were so important.</p> <p>They will create and run their own games and bring this understanding into trying to create a fantastic team spirit among their house on sports day.</p>	<p>Ученики исследуют историю олимпийских игр и изучат хотя бы одну знаменитую олимпиаду и попытаются прийти к выводу о том, почему эти игры так важны.</p> <p>В День спорта ученики будут организовывать свои собственные спортивные игры, чтобы донести до своих одноклассников командный дух спортивного соревнования.</p>	<p>Текущее оценивание: Планирование Дня спорта в старшей школе. Formative Assessment: Creating a plan for an upper school Sports Day. Итоговая оценка: Учитель оценивает учащихся на основе их участия в соревнованиях по легкой атлетике.</p> <p>Summative Assessment: Teacher to assess students ability based on their participation in a competitive athletics event.</p>	<p>Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION</p>
----------------------------------	--	--	--	---	--



MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION OVERVIEW FOR YEAR 8 (MYP 2)
Второй год обучения по программе MYP Year 8 – Ступень обучения 8 (MYP 2)

Year 8 (MYP 2)

Даты Dates	Название темы количество часов Unit title and teaching hours	Содержание Content		Текущее и итоговое оценивание Assessment Formative / Summative	Учебно-ме тодическо е и информац ионное обеспечен ие программ ы Sources
Сентябрь - Октябрь September – October	Командный спорт Баскетбол 12 часов Team Sports - Basketball (12 Hours)	Students will gain a basic understanding into basketball rules and general skills of the game. Challenges will be set for individuals, groups and teams to overcome. Communication and reflecting on success of achievements will be key to reaching goals. Feedback and encouragement within teams will also be shown throughout.	Ученики получат базовое понимание правил баскетбола и общих навыков игры. Задачи будут поставлены перед отдельными учениками, группами и командами. Для достижения целей ключевое значение будут иметь коммуникация и рефлексия об успехах достижениях. Необходимо проявлять взаимодействие и взаимную поддержку внутри команд.	Участие в спортивных соревнованиях. Sports competitions	Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION
Ноябрь - Декабрь November – December	Знания о Физических аспектах и здоровье при занятиях спортом Фитнес	Students will understand different training methods. While focussing on the impact of the body over time and increase in energy	Ученики познакомятся с различными методиками тренировок. При этом основное внимание уделяется		Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION



	Physical & health related knowledge - Fitness	and skill levels, when training.	физическим тренировкам повышению уровня энергии и навыков.		
Декабрь - Февраль December – February	Альтернативные виды спорта. Alternative sports tennis	Students will become aware of the values and benefits of movement on the field, while also appreciating the importance of team relationships, to gain successes in open plays.	Студенты узнают о ценностях и преимуществах движения на поле (корте), а также осознают важность командных отношений для достижения успеха в играх на открытых пространствах.		Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION
Февраль - Апрель February – April	Эстетика движений Гимнастика Aesthetic movements- GYM	Students will increase ability to balance on different parts of their body and work on team balances. While also showing knowledge of the importance of using space to create sequences of a variety of controlled skills and movements.	Ученики будут совершенствовать свои способности к достижению баланса при различных движениях, одновременно проявлять значимые умения по использованию пространства для создания последовательности различных композиций движений.		Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION



Апрель - Июнь April - June	Индивидуаль ный спорт Атлетика Individual sports- Athletics	<p>Students will perform in three areas of running, jumping and throwing. They shall express themselves in the style of organisation of events and transfer energy between objects and parts of the body to increase and develop performance.</p> <p>Ученики выступят в соревнованиях по троеборью (бег, прыжки и метание) Они также должны проявлять себя в организации мероприятия и создании особой атмосферы и энергии мероприятия.</p>	<p>По итогам мероприятия необходимо провести разбор результатов и рефлекссию. Reflections and feedback shall be given and received to advance outcomes.</p>	Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATIO N
Июнь June	Международн ые виды спорта Крикет International Sports - Cricket	<p>Students shall perform games and exercises to show skills of striking and open game plays. They shall develop understanding and refinement into selected shot techniques along with communication and cooperation as part of a team.</p> <p>Ученики принимают участие в игре и выполняют упражнения, демонстрируют умения отбивать мяч и участвовать в игре. Они будут развивать понимание и совершенствовать выбранные техники, а также общаться и сотрудничать с другими членами команды.</p>		Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATIO N



MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION OVERVIEW FOR YEAR 9 (MYP 3)
Третий год обучения по программе MYP Year 9 – Ступень обучения 9 (MYP 3)
Year 9 (MYP 3)

Даты Dates	Название темы количество часов Unit title and teaching hours	Содержание Content	Текущее и итоговое оценивание Assessment Formative / Summative	Учебно- методи ческое и информ ационн ое обеспеч ение програ ммы Sources	
Сентябрь - Ноябрь September – November	Командные виды спорта Гандбол 12 часов Team Sports - Handball (12 Hours)	<p>Students will learn new knowledge and basic handball skills related to unit, including passing, shooting, dribbling & defending. Students are tasked individually and in groups, with simple scenarios and match situations. Students are introduced to specific positions related to the unit, and explore some set up plays. Students discover various communication methods, and create ways to manipulate phased play, in order to be an effective team.</p>	<p>Ученики будут изучать правила и овладевать базовыми навыками игры в гандбол, включая историю игры, бросок мяча, дриблинг (технику ведения мяча) и правила защиты. Ученики индивидуально и в группах отрабатывают различные сценарии матча. Ученики знакомятся с конкретными позициями игроков, изучают как проводится игра. Студенты открывают для себя различные способы взаимодействия в команде и создают ситуации игры, чтобы стать эффективной командой.</p>	<p>Текущее оценивание: Тест на знание правил игры в Гандбол</p> <p>Formative Assessment: Test on understanding of rules and regulations surrounding handball</p> <p>Итоговое оценивание: Учитель проводит оценивание на основе своих наблюдений за участием учеников в игре . Summative Assessment: Teacher Observation of</p>	Guide MYP PHYSIC AL AND HEALTH EDUCAT ION



			students participating in a competitive handball fixture.		
Ноябрь-Декабрь November – December	<p>Системы организма: знания о физическом развитии и здоровье Фитнес 12 часов</p> <p>Body Systems: Physical and Health Related Fitness Knowledge</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fitness - (12 hours) - IDU 	<p>Introduction to warm up routine and basic exercise movements. Body Systems: Skeletal & Muscular. Components of fitness Training Methods Circuit training Fitness testing</p>	<p>Знакомство с ежедневными и базовыми упражнениями и движениями. Системы органов человеческого организма: скелетные и мышечные. Компоненты фитнеса Методы обучения Схема тренировки Фитнес-тестирование</p>	<p>Текущее оценивание: Учитель наблюдает за физическим, социальным и когнитивным развитием ученика, чтобы создать план занятий по фитнесу Formative Assessment: Teacher observations of student's physical, cognitive and social abilities in relation to creating a fitness training plan. Итоговое оценивание: Ученик создает детальный двухнедельную программу занятий фитнесом Summative Assessment: Students produce a detailed 6 week training program focusing on one</p>	<p>Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION</p>



			component of fitness.		
Декабрь - Февраль December – February	Индивидуальные виды спорта 12 часов Individual Sports (12 hours)	<p>Introduction to individual sports and its differences</p> <p>Use of technology to analyse performance</p> <p>Reflecting on own performance, implementing an action plan to improve performance.</p>	<p>Введение в тему об индивидуальных видах спорта и их отличиях от командных</p> <p>Использование технологий для анализа эффективности занятий</p> <p>Исследование о эффективности своих занятий , реализация плана действий по ее повышению.</p>	<p>Текущее оценивание: Ученики создают презентацию в которой рассказывают и объясняют правила в различных индивидуальных видах спорта.</p> <p>Formative Assessment: Students produce a presentation stating and explaining different individual sports.</p> <p>Итоговая оценка: Студенты пишут эссе, в котором объясняют использование различных технологий в спорте.</p> <p>Ученики участвуют в соревнованиях по теннису, а преподаватель оценивает индивидуальные результаты.</p>	Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION



				<p>Summative Assessment:</p> <p>Students produce an essay explaining the use of technology in sport.</p> <p>Students compete in a competitive tennis fixture and individual performance is assessed by the teacher.</p>
<p>Февраль - Апрель February – April</p>	<p>Альтернативные виды спорта: Лакросс Фрисби Доджбол (вышибалы) 12 часов</p> <p>Alternative Sports- Lacross Frisbee Dodgeball (12 hours)</p>	<p>Introduction to basic skill set for each game. Students gave homework research ahead of the unit to understand gameplay and rules.</p> <p>Game situation learning. Students complete topics on matchplay, league format, local teams and national governing bodies.</p>	<p>Знакомство с базовым набором навыков для каждой игры. Ученики выполняют домашнее задание перед игрой, чтобы понять игровой процесс и правила. Обучение в игровой ситуации. Ученики узнают о процессе игры, формате игровой лиги, местных командах и национальных органов управления в видах спорта.</p>	<p>Formative Assessment:</p> <p>Students create a brochure explaining different sports from different cultures, aimed at younger students.</p> <p>Teacher observations of student's physical, cognitive and social abilities in relation to transferring skills from traditional sports to alternative sports.</p> <p>Summative</p>



			Assessment: Students in groups create a new alternative sport with adapted rules from traditional sports.		
Апрель - Июнь April - June	Эстетическое движение Паркур 12 часов Aesthetic Movement - Parkour (12 hours)	Introduction to Parkour Rolls - Landing/Safe Movements: Ways to travel. Combinations: exit and entry points. Positioning: Body shape and position. Presentation: How to lead and finish aesthetically.	Введение в Паркур Перемещение - Приземление / Безопасность Движения: способы передвижения. Комбинации: точки выхода и входа. Позиция: движения и положение тела. Презентация: Как красиво провести и закончить перемещение.	Текущее оценивание: Ученики пишут исследовательскую работу, освещающую увеличение числа соревнующихся в паркуре. Formative Assessment: Students write a research report highlighting the increased numbers competing in Parkour. Итоговая оценка: Ученики планируют и демонстрируют красивый маршрут паркура. Summative Assessment: Students to plan and	



				demonstrate an aesthetically pleasing parkour routine.	
Июнь June	Международная деятельность в области спорта 12 часов International Sport and Activity (12 hours)	Designing, within a group an internationally recognised sporting event. Understanding the systems and processes needed in order to put on an international sporting event. Organising and competing in a whole school competition.	Разработка в составе группы формата всемирно признанного спортивного мероприятия. Понимание систем и процессов, необходимых для организации международного спортивного мероприятия. Организация и участие в общешкольных соревнованиях.	Текущее оценивание: Подготовка плана Дня спорта в старшей школе. Formative Assessment: Creating a plan for an upper school Sports Day. Итоговая оценка: Помощь в планировании и проведении Дня спорта в младшей школе. Summative Assessment: Assist in the planning of a lower school sports day. Assist in the implementation of the sports day.	



MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION OVERVIEW FOR YEAR 10 (MYP 4)
Четвертый год обучения по программе MYP Year 10 – Ступень обучения 10 (MYP 4)
Year 10 (MYP 4)

Даты Dates	Название темы количество часов Unit title and teaching hours	Содержание Content	Текущее и итоговое оценивание Assessment Formative / Summative	Учебно- методич еское и информ ационно е обеспеч ение програм мы Sources	
Сентябрь-О ктябрь September - October	Командные виды спорта 12 часов Team Sports – Basketball (12 Hours)	<p>Students will recap prior knowledge and basic basketball skills, including passing, shooting, dribbling & defending.</p> <p>Students are tasked individually and in groups, with scenarios including dominant gameplay and match situations.</p> <p>Students are introduced to specific positions related to the unit, and explore various set up plays.</p> <p>Students discover various communication methods, and create ways to manipulate phased play, to be an effective team.</p> <p>Students will learn rules and laws to referee a match</p>	<p>Ученики поделятся своими предыдущими знаниями и базовыми баскетбольными навыками, связанными, включая историю игры, технику броска, дриблинг и защиту.</p> <p>Ученики индивидуально и в группах будут прорабатывать сценарии процесса игры и игровых ситуаций.</p> <p>Ученики знакомятся с конкретными позициями в игре, и изучают различные комбинации.</p> <p>Ученики открывают для себя различные способы взаимодействия игроков в команде для того, чтобы сделать ее эффективной.</p> <p>Ученики изучают</p>	<p>Organising and competing in a whole school competition.</p> <p>Организация и участие в общешкольных соревнованиях.</p>	<p>Gide MYP PHYSICAL HEALTH EDUCATION</p>



			правила игры, чтобы иметь возможность быть судьями во время матча.	
Ноябрь – Декабрь November - December	Физическое развитие и здоровье Фитнес Physical and Health Related Knowledge Fitness	Introduction to warm up routine and basic exercise movements. Body Systems: Skeletal & Muscular. Components of fitness Training Methods Training Principles Circuit training Fartlek/interval/Cooper Fitness testing	Знакомство с базовыми упражнениями для разминки. Системы организма: скелет и мышцы. Компоненты фитнеса Методы обучения Принципы обучения Круговые тренировки Фартлек / интервал / Cooper (Тест) Фитнес-тестирование	Guide MYP PHYSICAL LAND HEALTH EDUCATION
Декабрь - Февраль December - February	Эстетика Движения Аэробики Aesthetic Movement - Aerobics	Tempo - how to count beats - how to keep in time A variety of aerobic routine moves - A step - I step - L step - Turn step - Jumping jacks - K step - Box step	Темп - как считать ритм - как контролировать время Разнообразные стандартные аэробные движения - Шаг (степ) - I степ - L степ - Поворот - Прыжки	Guide MYP PHYSICAL LAND HEALTH EDUCATION



		<p>Three simple aerobic routines - one slow tempo - one average tempo - one fast tempo Movement connection logic - how to make movements flow - how to transition from movement to movement - how to create logical patterns of movement</p>	<p>- К степ - степ платформа Три простых аэробных упражнения - медленный темп - средний темп - быстрый темп - логика соединения движения - как сделать серию движений - как перейти от движения к движению - как создать гармоничные модели движения</p>	
<p>Февраль - Апрель February - April</p>	<p>Альтернативные виды спорта Лакросс Фрисби Доджбол (вышибалы) Alternative Sports- Lacross Frisbee Dodgeball etc</p>	<p>Introduction to basic skill set for each game. Students have homework research ahead of the unit to understand gameplay and rules. Game situation learning. Students complete topics on matchplay, league format, local teams and national governing bodies.</p>	<p>Знакомство с базовыми навыками для каждой игры. Ученики выполняют домашнее задание перед игрой, чтобы понять правила и процесс игры. Обучение в игровой ситуации. Студенты исследуют игры, формат лиг, местных команд и национальных спортивных организаций.</p>	<p>Guide MYP PHYSICAL LAND HEALTH EDUCATION</p>
<p>Апрель - Июнь April -June</p>	<p>Индивидуальные виды спорта Individual Sports</p>	<p>Introduction to individual sports and its differences</p>	<p>Знакомство с индивидуальными</p>	



		<p>Use of technology to analyse performance</p> <p>Reflecting on own performance, implementing an action plan to improve performance.</p>	<p>видами спорта и их отличиями.</p> <p>Использование технологий для анализа эффективности тренировок.</p> <p>Рефлексия в отношении эффективности своего плана тренировок.</p>		
<p>Июнь June</p>	<p>Международная деятельность в области спорта</p> <p>International Sport and Activity</p>	<p>Designing and competing in an internally recognised sporting event. Understanding the systems and processes needed in order to put on an international sporting event.</p> <p>Organising and competing in a whole school competition.</p>	<p>Проект проведения спортивного соревнования в школе.</p> <p>Изучение систем и процессов, необходимых для организации международного спортивного мероприятия.</p> <p>Организация и участие в общешкольных соревнованиях.</p>		<p>Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION</p>

MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION OVERVIEW FOR YEAR 11 (MYP 5)
Пятый год обучения по программе MYP Year 11 – Ступень обучения 11 (MYP 5)



Year 11 (MYP 5)

Даты Dates	Название темы количество часов Unit title and teaching hours	Содержание Content	Текущее и итоговое оценивание Assessment Formative / Summative	Учебно- методи- ческое и информ- ационн- ое обеспеч- ение програм- мы Sources
<p>Сентябрь – Ноябрь September – November</p>	<p>Командные виды спорта Гандбол 12 часов Team Sports - Handball (12 Hours)</p>	<p>Students will recap and demonstrate prior knowledge and skills related to the unit, including passing, shooting, dribbling & defending.</p> <p>Students are introduced to specific positions related to the unit, and explore various set up plays. Students will understand their team’s strengths and weaknesses, and create tactics and strategies based upon these.</p> <p>Students discover and develop various communication methods, and create ways to manipulate phased play, in order to be successful and score points.</p>	<p>Ученики продемонстрируют полученные ранее знания и навыки, связанные с темой, включая передвижение по площадке, бросок, дриблинг и защиту. Ученики знакомятся с конкретными позициями, в игре и изучают различные сценарии игры. Ученики смогут оценить сильные и слабые стороны игры своей команды и разработают основанные на них тактику и стратегию. Ученики узнают о различных способах взаимодействия в игре, а также создают приемы развития игровых ситуаций, чтобы добиться успеха и набирать очки.</p> <p>Текущее оценивание: Тест на понимание правил и норм Гандбола</p> <p>Formative Assessment:</p> <p>Test on understanding of rules and regulations surrounding handball</p> <p>Итоговое оценивание: Наблюдение за игрой участников соревнований по гандболу</p> <p>Summative Assessment: Peer Observation of student participating in a competitive handball fixture</p>	<p>International Handball Federation rules and regulations.</p>



<p>Ноябрь – Декабрь</p> <p>November – December</p>	<p>Физическое развитие и здоровье Фитнес 12 часов</p> <p>Physical and Health Related Knowledge Fitness (12 Hours)</p>	<p>Utilising warm ups and cool downs to take ownership of their physical health and wellbeing. Body Systems: Skeletal & Muscular. Components of fitness Training Methods Training Principles Circuit training Fartlek/interval/Cooper Fitness testing</p>	<p>Разминка и отдых при физической нагрузке, чтобы контролировать свое физическое здоровье и благополучие. Системы организма скелет и мышцы. Компоненты фитнеса Методы обучения Принципы обучения Цикл тренировок Фартлек / интервал / Cooper Фитнес-тестирование</p>	<p>Текущее оценивание: Создание плана фитнес-тренировок. Formative Assessment:</p> <p>Creating a fitness training plan. Итоговая оценка:</p> <p>Ученики составляют подробную 6-недельную программу обучения, сосредоточенную на одном из компонентов фитнеса.</p> <p>Summative Assessment:</p> <p>Students produce a detailed 6 week training program focusing on one component of fitness.</p>	<p>Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION</p>
<p>Декабрь – Февраль</p> <p>December - February</p>	<p>Индивидуальные виды спорта 12 часов</p> <p>Individual Sports</p>	<p>Recapping of individual sports and its differences. Use of scientific and innovative technology</p>	<p>Индивидуальные виды спорта и их основные различия. Использование научных и</p>	<p>Текущее оценивание: Студенты создают презентацию, в которой представляют различные</p>	<p>Guide MYP PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION</p>



	(12 Hours)	<p>to analyse performance of themselves, and comparing it to others and professional athletes.</p> <p>Reflecting on own performance, implementing an action plan to improve performance.</p> <p>Пересчет отдельных видов спорта и его различий.</p>	<p>инновационных технологий для анализа своих спортивных выступлений и сравнение их с достижениями других спортсменов, в том числе профессионалов.</p> <p>Анализ эффективности собственных тренировок и реализация плана по повышению их эффективности.</p>	<p>виды спорта и технологии, способствующие тренировкам.</p> <p>Formative Assessment:</p> <p>Students produce a presentation discussing different individual sports and how technology aids training.</p> <p>Итоговая оценка:</p> <p>Студенты готовят эссе об оценке использования технологий в спорте.</p> <p>Учащиеся принимают участие в соревнованиях по теннису, а преподаватель оценивает индивидуальные результаты.</p> <p>Summative Assessment:</p> <p>Students produce an essay evaluating the use of</p>	
--	------------	---	---	--	--



			<p>technology in sport.</p> <p>Students compete in a competitive tennis fixture and individual performance is assessed by the teacher.</p>		
<p>Февраль - Апрель February – April</p>	<p>Альтернативные виды спорта: Фрисби Лакросс Доджбол (вышибалы) 12 часов</p> <p>Alternative Sports- La cross Frisbee Dodgeball (12 Hours)</p>	<p>Coaching each other the basic skills of the games. Students are to teach other year groups how to play the games, based on research and planning</p> <p>Students complete topic on matchplay, league format, local teams and national governing bodies.</p>	<p>Тренировки друга друга, формирование базовых навыков игр. Основываясь на собственных исследованиях и планировании, ученики становятся тренерами в других группах, показывая, как играть в игры, Студенты исследуют игры, формат лиг, местных команд и национальные спортивные организации.</p>	<p>Формирующая я оценка:</p> <p>Студенты создают брошюру для младших школьников, в которой рассказывает о разных видах спорта в разных странах.</p> <p>Formative Assessment:</p> <p>Students create a brochure explaining different sports from different cultures, aimed at younger students.</p> <p>Итоговая оценка:</p> <p>Ученики в группах придумывают новый альтернативный вид</p>	



				<p>спорта с адаптированными правилами на основе традиционных видов спорта. Ученики презентуют свой вид спорта “Совету организаторов в олимпийских игр”, чтобы их вид спорта был признан олимпийским видом спорта.</p> <p>Summative Assessment:</p> <p>Students in groups create a new alternative sport with adapted rules from traditional sports. Students present their sport to a board of olympic organisers in an attempt to get their sport recognised as an olympic sport.</p>	
Апрель - Июнь April – June	Эстетика Движения Паркура	Introduction to Parkour	Введение в Паркур	Текущее оценивание: Ученики пишут эссе, в	



	<p>12 часов</p> <p>Aesthetic Movement - Parkour</p> <p>(12 Hours)</p>	<p>Rolls - Landing/Safe Movements: Ways to travel.</p> <p>Combinations: exit and entry points.</p> <p>Positioning: Body shape and position.</p> <p>Presentation: How to lead and finish aesthetically.</p>	<p>Перемещение - Приземление / Безопасность</p> <p>Движения: способы передвижения.</p> <p>Комбинации: точки выхода и входа.</p> <p>Позиция: движения и положение тела.</p> <p>Презентация: Как красиво провести и закончить перемещение.</p>	<p>котором оценивается и анализируется увеличение числа участников в соревнованиях по паркуру.</p> <p>Formative Assessment:</p> <p>Students write an essay evaluating and analysing the increased numbers competing in Parkour.</p> <p>Итоговая оценка:</p> <p>Ученики планируют и демонстрируют красивый маршрут паркура.</p> <p>Summative Assessment:</p> <p>Students to plan and demonstrate an aesthetically pleasing parkour routine.</p>	
<p>Июнь June</p>	<p>Международная деятельность в области спорта</p> <p>12 часов</p>	<p>As an individual designing and competing in an internationally recognised sporting</p>	<p>Разработка собственного дизайна участия, в международном спортивном</p>	<p>Текущее оценивание: Создания плана Дня спорта в старшей школе</p>	



	<p>International Sport and Activity (12 Hours)</p>	<p>event. Understanding the systems and processes needed in order to put on an international sporting event. Organising and competing in a whole school competition.</p>	<p>соревновании. Понимание систем и процессов, необходимых для организации международного спортивного мероприятия. Организация общешкольных соревнований и участие в них .</p>	<p>Formative Assessment: Creating a plan for an upper school Sports Day. Итоговое оценивание: Помощь в подготовке и проведении Дня спорта в начальной школе. Summative Assessment: Assist in the planning and leading the implementation of a lower school sports day.</p>	
--	---	--	--	--	--

Формы контроля и оценочные материалы.

В ходе занятий по программе используются следующие виды и формы контроля:

- исследование;
- спортивные тренировки и оценивание их результатов;
- участие в спортивных соревнованиях;
- участие в организации спортивных мероприятий;
- подготовка исследовательских работ и написание эссе о спорте, физическом развитии и здоровом образе жизни.

Так как целью программы является вклад в комплексное развитие каждого ученика, поддержание постоянной связи с родителями особенно важно. 3 раза в год родителям выдается письмо-оценка/письменный отчет о достижениях ученика. После выдачи отчета проводится индивидуальная консультация с родителями.

Кадровое обеспечение программы:

Для реализации основополагающих принципов организации деятельности политика Международной школы "Брукс" предусматривает привлечение педагогов из разных стран



с опытом преподавания по программе обучения Международного Бакалавриата не менее 3 лет. Средний опыт работы по специальности учителей АНО Международная школа "Брукс" составляет 5 лет. Подтверждением квалификации преподавателей служит наличие диплома о высшем образовании (обычно 3-4 годичный курс в высшем учебном заведении Великобритании) в сочетании с дополнительным дипломом по специальности «Преподаватель» (обычно 1-годичный курс), либо наличие специализированного диплома Бакалавра в области образования (4 года обучения). В группе помимо педагога также может присутствовать второй педагог. Вторые педагоги могут быть англо или русскоговорящие, в зависимости от потребностей учеников конкретной группы, и должны иметь опыт работы с детьми не менее 1 года. Все сотрудники в обязательном порядке проходят медосмотр и профосмотр, получают/имеют медицинскую книжку. В дополнение к этому на каждого сотрудника до допуска к работе получают два рекомендательных письма с предыдущего места работы и/или с места учебы и справка об отсутствии судимости.

Материально-технические условия:

Для реализации программы используются спортивные залы школы, бассейн которые оснащены специальным оборудованием и материалами для занятиями спортом, включая плавание..

В образовательной организации имеются наглядные пособия, таблицы, плакаты, в том числе по технике безопасности, используемые по мере необходимости в соответствии с требованиями учебной программы.

Библиотека, содержащая учебную литературу.

Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение соответствует программе обучения.