

Департамент образования
комитета по социальной политике и культуре
администрации г. Иркутска

Муниципальное казенное учреждение
города Иркутска «Информационно-методический
центр развития образования»

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ о преподавании предмета

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

**в общеобразовательных
организациях города Иркутска**

**в 2019 - 2020
учебном году**



Иркутск, 2020

Оглавление

Нормативные документы и методические рекомендации, обеспечивающие преподавание учебного предмета «Физическая культура»	3
Особенности преподавания предмета «Физическая культура»	9
Базовый уровень изучения предмета «Физическая культура»	10
Рекомендации по разработке рабочей программы учебного предмета «Физическая культура»	13
Инновационные программы, предложенные экспертным советом Минобрнауки РФ для совершенствования системы физического воспитания в общеобразовательных организациях	18
Оценивание результатов физического воспитания (основная и подготовительная группа)	22
Рекомендации по учету национальных, региональных и этнокультурных особенностей при изучении предмета «Физическая культура»	24
Организация занятий физической культурой с обучающимися, отнесенными по состоянию здоровья к занятиям в специальной медицинской группе	25
Организация образовательной деятельности в условиях инклюзивного образования	28
Рекомендации по организации и содержанию внеурочной деятельности по физической культуре	29
Использование пособий при проектировании внеурочной деятельности для педагогов	30
Развитие устной и письменной речи обучающихся	32
Увеличения двигательной активности обучающихся на основе планомерной организации подготовки к выполнению нормативов «ВФСК «ГТО», участия в Президентских играх и Президентских спортивных состязаниях и других развивающих и спортивных мероприятиях	33
Требования к материально-техническим, санитарно-гигиеническим, организационно-педагогическим условиям по предмету «Физическая культура»	34
Информационные ресурсы, обеспечивающие методическое сопровождение образовательного процесса по предмету «Физическая культура»	36
Список дополнительной литературы для учителя физической культуры	37

**Методические рекомендации
о преподавании предмета «Физическая культура»
в общеобразовательных организациях города Иркутска
в 2019 - 2020 учебном году**

Данные рекомендации разработаны для общеобразовательных организаций, реализующих преподавание предмета «Физическая культура» на основе федерального государственного образовательного стандарта общего образования от 17.12.2010г. №1897) и федерального компонента государственных образовательных стандартов общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.03.2004 № 1089).

Целью преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы является создание условий для обеспечения высокого качества преподавания учебного предмета «Физическая культура», повышения его воспитательного и оздоровительного потенциала в образовательных организациях на основе модернизации системы физического воспитания в соответствии с социальными запросами общества и перспективными задачами развития Российской Федерации в современном мире.

Одними из приоритетных задач преподавания предмета «Физическая культура» является модернизация содержания учебного предмета на основе взаимосвязи учебной и внеурочной деятельности, а также дополнительного образования, с учетом новых методов обучения и воспитания, образовательных технологий; обеспечение условий для приобретения обучающимися базовых умений и навыков, способствующих повышению личных показателей физического развития, физической подготовленности, освоению широкого социального спектра универсальных компетенций, необходимых для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурного образования; повышение у обучающихся мотивации к регулярным занятиям физической культурой и формирование навыков здорового образа жизни. *(Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утверждена на коллегии министерства просвещения РФ от 24.12.2018г.).*

Нормативные документы и методические рекомендации, обеспечивающие преподавание учебного предмета «Физическая культура»

1. Федеральные государственные образовательные стандарты

- 1.1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 г. «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- 1.2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 г. № 1644 «О внесении изменений в приказ министерства образования и науки РФ от

17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

- 1.3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 г. № 1645 «О внесении изменений в приказ министерства образования РФ от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
- 1.4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. № 1598 «Об утверждении ФГОС начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (применяется к правоотношениям, возникшим с 1 сентября 2016 года);
- 1.5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. № 1599 «Об утверждении Федерального Государственного Стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Применяется к правоотношениям, возникшим с 1 сентября 2016 года.
- 1.6. Письмо Министерства образования и науки РФ от 7 августа 2015 г. N 08-1228 «О направлении рекомендаций» (методические рекомендации по вопросам введения федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования)
- 1.7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г. № 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный стандарт среднего общего образования»
- 1.8. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 1.9. Приказ № 345 от 28 декабря 2018 г. «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- 1.10. Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утверждена на коллегии министерства просвещения РФ от 24.12.2018г.
- 1.11. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- 1.12. Письмо Министерства образования и науки РФ от 02.03.2015 г. № ВК-457/09 «О направлении рекомендаций»;
- 1.13. Письмо Минобрнауки России от 13.05.2013 N ИР-352/09 "О направлении Программы" (вместе с «Программой развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях"»);
- 1.14. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14 декабря 2015 г. N 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ».
2. *Деятельность отдельных подразделений, служб (объекты медицинского назначения и спорта)*

- 2.1. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 05.11.2013 г. №822н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи несовершеннолетним, в том числе в период обучения и воспитания в образовательных организациях»;
- 2.2. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2013 г. № ВК-843 07 «О направлении рекомендаций» (тр. Жизненная ситуация);
- 2.3. Письмо Минобразования и науки РФ от 18 января 2016 г. N 07-149 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида»;
- 2.4. Письмо министерства образования и науки РФ от 1 декабря 2015 г. N ВК-2969/07 «О направлении методических рекомендаций» (методические рекомендации о порядке признания несовершеннолетних и семей находящимися в социально опасном положении и организации с ними индивидуальной профилактической работы);
- 2.5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 декабря 2015 г. N 07-4317 «О направлении методических рекомендаций» (по созданию и развитию служб школьной медиации в образовательных организациях)
3. *Соблюдение требований электробезопасности*
- 3.1. Приказ Минобразования РФ от 06.10.1998 г. № 2535 «Об организации обучения и проверки знаний правил по электробезопасности работников образовательных учреждений системы Минобразования России»;
4. *Соблюдение требований пожарной безопасности*
- 4.1. Федеральный закон от 21.12.1994 г. № 69-ФЗ (ред. от 12.08.2014 г.) «О пожарной безопасности»;
- 4.2. Федеральный закон от 22.07.2008 г. № 123-ФЗ (ред.от 23.06.2014 г.) «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности»;
- 4.3. Постановление Правительства РФ от 25.04.2012 г. № 390 «О противопожарном режиме».
5. *Санитарно-эпидемиологические нормы и правила*
- 5.1. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 03.06.2003 № 118 (ред.от 03.09.2010) «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.2.2/2.4.1340-03»;
- 5.2. Постановление Главного государственного врача РФ от 30.09.2009 г. № 58 «Об утверждении СанПин 2.4.6.2553-09» Санитарно-эпидемиологические требования к безопасности условий труда работников, не достигших 18-летнего возраста»;
- 5.3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 23.07.2008 г. № 45 «Об утверждении СанПин 2.4.5.2409-08 Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»;
- 5.4. Постановление Главного государственного врача РФ от 18.05.2010 № 58 «Об утверждении СанПин 2.1.3.2630-10 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность»;
- 5.5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»»;

- 5.6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 14 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
6. *Материально-техническое оснащение*
- 6.1. Письмо Министерства образования и науки РФ от 24.11.2011 г. № МД-1552/03 «Об оснащении общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием»;
- 6.2. Письмо Минобрнауки России от 16.05.2012 N МД-520/19 "Об оснащении спортивных залов и сооружений общеобразовательных учреждений" (вместе с "Примерным перечнем и характеристиками современного спортивного оборудования и инвентаря для оснащения спортивных залов и сооружений государственных и муниципальных общеобразовательных учреждений")
- 6.3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.03.2016г. № 336 «Об утверждении перечня средств обучения и воспитания, необходимых для реализации образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования, соответствующих современным условиям обучения, необходимого при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий по содействию созданию в субъектах Российской Федерации (исходя из прогнозируемой потребности) новых мест в общеобразовательных организациях, критериев его формирования и требований к функциональному оснащению, а также норматива стоимости оснащения одного места обучающегося указанными средствами обучения и воспитания (ВСТУПИЛ В СИЛУ 24.04.2016 г.);
- 6.4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.03.2014 г. № 253 (в ред. Приказов от 08.06.2015 № 576, 28.12.2015 № 1529, 26.01.2016 № 38) «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
7. *Охрана труда и техника безопасности*
- 7.1. Постановление Минтруда РФ, Минобрнауки РФ от 13.01.2003 г. № 1/29 «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций»;
- 7.2. Письмо Минобрнауки России от 18.10.2013 N ВК-710/09 "О Рекомендациях по безопасности эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений общеобразовательных организаций, спортивного оборудования и инвентаря при организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с обучающимися"
- 7.3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.07.2014 г. № 08-988 «О направлении методических рекомендаций» (по перевозке детей);
- 7.4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14.02.2014 г. № МК-169/12 «О типовой должностной инструкции заместителя руководителя организации, осуществляющей образовательную деятельность, по безопасности»;

- 7.5. Письмо Росособнадзора от 22.05.2012 N 05-1796 «О необходимости проведения работы по обеспечению содержания и безопасности эксплуатации спортивных сооружений, расположенных на территории образовательных учреждений»;
- 7.6. Письмо Министерства образования РФ от 26 февраля 2016 г. N 12-ПГ-МОН-3527 «О рассмотрении обращения» (О порядке рассмотрения несчастных случаев с обучающимися);
- 7.7. Письмо Министерства образования и науки РФ от 27 ноября 2015 г. N 08-2228 «О направлении методических рекомендаций» (методические рекомендации по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом в общеобразовательных организациях Российской Федерации»);
- 7.8. Приказ Минтруда России от 24.06.2014 г. № 412 н «Об утверждении Типового положения о комитете (комиссии) по охране труда».
8. *Реализация образовательных программ*
- 8.1. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1015 (ред. от 28.05.2014) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- 8.2. Приказ Минобрнауки России от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- 8.3. Письмо Минобрнауки России от 15.11.2013 г. № NT-1139/08 «Об организации получения образования в семейной форме»;
- 8.4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 28 августа 2015 г. N АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (методические рекомендации по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);
- 8.5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 июня 2015 г. N НТ-670/08 «О направлении методических рекомендаций» (методические рекомендации по организации самоподготовки учащихся при осуществлении образовательной деятельности по основным образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования);
- 8.6. Письмо Министерства образования и науки РФ от 28 октября 2015 г. N 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»;
- 8.7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г. №1578 «О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования» (зарегистрировано в министерстве юстиции РФ № 42020 09. 02.2016г.);
9. *Инклюзивное образование*
- 9.1. Приказ Минздравсоцразвития России от 04.08.2008 № 379н (ред. от 03.06.2013 г.) «Об утверждении формы индивидуальной программы реабилитации инвалида, индивидуальной программы реабилитации ребенка-инвалида, выдаваемых федеральными государственными учреждениями медико-социальной экспертизы, порядка их разработки и реабилитации»;

- 9.2. Письмо Минобрнауки России от 10.12.2012 N 07-832 «О направлении Методических рекомендаций по организации обучения на дому детей-инвалидов с использованием дистанционных образовательных технологий»;
- 9.3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 20.08.2014 г. № ВК-1748/07 «О государственной аккредитации образовательной деятельности по образовательным программам, адаптированным для обучения лиц с умственной отсталостью»;
- 9.4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей);
- 10. Информационная открытость образовательной организации и информационная безопасность*
- 10.1. Постановление Правительства РФ от 10.07.2013 г. № 582 «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-коммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации»;
- 10.2. Приказ Рособрнадзора от 29.05.2014 г. № 785 «Об утверждении требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-коммуникационной сети «Интернет» и формату предоставления на нем информации»;
- 10.3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 28.04.2014 г. № ДЛ-115/03 «О направлении методических материалов для обеспечения информационной безопасности детей при использовании ресурсов сети «Интернет»;
- 11. Особенности преподавания отдельных предметов (физическая культура)*
- 11.1. Письмо Минобрнауки РФ от 31.10.2003 N 13-51-263/123 "Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой";
- 11.2. Письмо Минобрнауки России от 30.05.2012 N МД-583/19 "О методических рекомендациях "Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья"
- 11.3. Приказ Минобрнауки РФ от 28.05.2014 г. № 594 «Об утверждении Порядка разработки примерных образовательных программ, проведения их экспертизы и ведения реестра примерных образовательных программ»;
- 11.4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.09.2014 г. № 08-1253 «О примерной рабочей программе учебного предмета «Музыка»;
- 11.5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 15.07.2014 г. № 08-888 «Об аттестации учащихся общеобразовательных организаций по учебному предмету «Физическая культура»;
- 11.6. Письмо Министерства здравоохранения РФ 14-4/10/2-713, министерства образования и науки РФ ВК-217/09, министерства спорта РФ НП-03-15/763 от 09.02.2016 г. «О допуске к тестированию» (ГТО)

- 11.7 Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 23.07.2013)
- 11.8 «О физической культуре и спорте в РФ» / Федеральный закон РФ от 04.12.2007 г. № 329.
- 11.9. О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» / Федеральный закон РФ от 06.11.2011 г. № 412-ФЗ.
12. О введении третьего часа физической культуры / Письмо Министерства образования и науки РФ от 08.10.2010 № ИК-1494/19.
13. О включении олимпийской тематики в содержание учебных предметов 5-9 классов общеобразовательных учреждений РФ / Письмо Министерства образования и науки РФ от 30.09.2011 г. № 19-247.
14. Об организации олимпийских уроков и олимпийских лекций / Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.03.2011 г. № 19-48
15. Медико-биологический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья / Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ от 30.05.2012 г. № МД-583/19.
16. Постановление Правительства РФ от 30 декабря 2015г. № 1493 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020г.»
17. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) / Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 г. № 540.
18. Письмо Министерства спорта РФ от 30 июля 2013г. № ЮН 04-10/4409 «О переходе детско-юношеских спортивных школ на реализацию дополнительного образования программ в области физической культуры и спорта.
19. Письмо Министерства образования и науки РФ № мд – 1077/19, министерства спорта РФ № нп-02-07/4568 от 10 августа «О методических рекомендациях по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов.

Особенности преподавания предмета «Физическая культура»

Физическое воспитание в общеобразовательных организациях должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни. Освоение учебного предмета «Физическая культура» направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом. В процессе освоения предмета «Физическая культура» формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретает опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учётом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности.

Базовый уровень изучения предмета «Физическая культура»

Базовый уровень должен быть обязательным для всех обучающихся в общеобразовательных организациях и основан на решении практических задач по формированию устойчивых мотивов и потребности, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии своих физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Для формирования у обучающихся мотивации к регулярным занятиям физической культурой и использованию навыков здорового образа жизни целесообразно:

обеспечить условия для индивидуализации обучения, профессиональной ориентации, выявления и поддержки обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры;

обеспечить условия для участия обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в различных формах конкурсных мероприятий;

обеспечить в ходе реализации образовательных программ, включая внеурочную и соревновательную деятельность, сетевое взаимодействие с использованием ресурсов иных организаций (научных, медицинских, культурных, физкультурно-спортивных), а также организаций дополнительного образования;

В соответствии со структурой двигательной деятельности, учебный предмет «Физическая культура» структурируется по трем основным разделам:

- *знания о физической культуре;*
- *способы физкультурной деятельности;*
- *физическое совершенствование.*

Физическая культура как область знаний в этом разделе даются сведения о правилах здорового образа жизни и различных формах организации активного отдыха средствами физической культуры, раскрываются представления о современных оздоровительных системах физического воспитания и оздоровительных методиках физкультурно-оздоровительной деятельности, приводятся сведения по истории развития древних и современных олимпийских игр, раскрываются основные понятия спортивной тренировки (нагрузка, физические качества, техника двигательных действий), даются представления об общей и специальной физической подготовке и формах их организации. Раскрывается понятие спорт и спортивная подготовка, всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта, индивидуальная подготовка и требования безопасности. Дается перечень способов по самостоятельной организации и проведению оздоровительных форм занятий физической культурой, приемов контроля и регулирования физических нагрузок, самомассажа и гигиенических процедур.

Способы физкультурной деятельности.

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

- Подготовка к занятиям физической культурой: требования безопасности и гигиенические правила при подготовке мест занятий, выборе инвентаря и одежды для проведения самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой, физической (технической) подготовкой (в условиях спортивного зала и открытой спортивной площадки).

- Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для физкультминуток, подвижных перемен: составление (по образцу) индивидуальных планов занятий физической подготовкой, выделение основных частей занятий, определение их направленности и содержания.

- Организация досуга средствами физической культуры: организация досуга средствами физической культуры, характеристика занятий подвижными и спортивными играми. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение спортивных игр по упрощенным правилам. Оказание первой помощи.

- Самонаблюдение и самоконтроль: самонаблюдение за индивидуальным физическим развитием по его основным показателям (длина и масса тела, окружность грудной клетки, показатели осанки).

- Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью: ведение дневника самонаблюдения: регистрация по учебным четвертям динамики показателей физического развития и физической подготовленности.

- Оценка техники движений, способы выявления: простейший анализ и оценка техники осваиваемого упражнения по методу сличения его с эталоном.

Физическое совершенствование:

Наиболее значительный по объёму учебного материала, ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья обучающихся. Раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из вида (видов) спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью. Предлагаемые упражнения распределяются по разделам базовых видов (вида) спорта и дополнительно группируются внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Уделить особое внимание на освоение элементов прикладной подготовки в частности спортивных единоборств: технико-тактические действия самообороны и самообороны.

Раздел *"Физическое совершенствование"* включает *"Физкультурно-оздоровительную деятельность"* и *"Спортивно-оздоровительную деятельность с соревновательной направленностью"*.

"Физкультурно-оздоровительная деятельность" ориентирована на решение задач по укреплению здоровья обучающихся и предусматривает изучение оздоровительных форм занятий в режиме учебного дня и учебной недели. В нее входят индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры: комплексы упражнений, помогающие коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию систем дыхания и кровообращения, а также упражнения адаптивной физической культуры, которые адресуются, в первую очередь, обучающимся, имеющим отклонения в состоянии здоровья.

"Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью" включает в себя средства общей физической, технической, тактической, интегральной подготовки обучающихся по виду (видам) спорта.

В соответствии с Письмом Минобрнауки РФ от 08.10.2010г. № ИК-1494/19 «О введении третьего часа физической культуры в объем недельной учебной нагрузки общеобразовательных организаций всех видов и типов вводится обязательный третий час физической культуры»

Учебные предметы	Количество часов в неделю.										
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI
Классы											
Физическая культура	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

Третий час физической культуры. Ведение третьего часа физической культуры в учебные планы общеобразовательных организаций продиктовано объективной необходимостью повышения роли физической культуры в воспитании современных школьников, укрепления их здоровья, увеличения объема двигательной активности, обучающихся, развития их физических качеств и совершенствования физической подготовленности, привития навыков здорового образа жизни.

Содержание образования по физической культуре с учетом введения третьего часа определяется общеобразовательными программами, разрабатываемыми общеобразовательными организациями самостоятельно на основе федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ.

В связи с тем, что учебный предмет «Физическая культура» введен в федеральный компонент базисного учебного плана, заменить его на другой предмет общеобразовательная организация не может.

При организации, планировании и проведении третьего часа физической культуры общеобразовательным организациям **рекомендуется:**

- в полной мере использовать школьные спортивные сооружения и спортивные площадки, оборудованные зоны рекреации и естественные природные ландшафты;

- использовать спортивные площадки и залы учреждений дополнительного образования детей спортивной направленности, а также спортивных объектов, находящихся в муниципальной и региональной собственности. (Письмо Минобрнауки России от 7 сентября 2010 г. № ИК-1374/19 и Минспорттуризма России от 13 сентября 2010 г. № ЮН-02-09/4912 с методическими указаниями по использованию спортивных объектов в качестве межшкольных центров для проведения школьных уроков физической культуры и внешкольной спортивной работ);

- активно привлекать к проведению третьего урока, особенно если он проводится по программе со спортивной ориентацией, не только учителей физической культуры, но и тренеров-преподавателей учреждений дополнительного образования детей спортивной направленности;

- активно использовать инновационные методики и технологии физического воспитания. Современные мультимедийные средства и компьютерные про-

граммы обучения, ресурсы «Российской электронной школы». повышающие интерес к занятиям физической культурой, формирующие творческую активность и самостоятельность, рекомендуемые к использованию в общеобразовательных организациях.

В соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015г. № 81 «О внесении изменений №3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в образовательных организациях»:

Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для обучающихся 1 классов – 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5-7 классов – 6 уроков и один раз в неделю 7 уроков за счет урока физической культуры;

Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах, занятия в бассейне).

Не допускается планировать проведение уроков физической культуры в форме аудиторных занятий, резко снижающих суммарный недельный объем двигательной активности обучающихся (особенно не рекомендуется планирование таких занятий с обучающимися на уровне начального общего образования).

С целью формирования у обучающихся ключевых компетенций, в процессе освоения предмета «Физическая культура» используются знания из других учебных предметов: «Биология», «Математика», «Физика», «География», «Основы безопасности жизнедеятельности», Иностранный язык», «Музыка», «Информатика» и др. (Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 г. № 1644 «О внесении изменений в приказ министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

Рекомендации по разработке рабочей программы учебного предмета «Физическая культура»

В соответствии с Приказом Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г. №1578 «О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования» (зарегистрировано в министерстве юстиции РФ № 42020 09. 02.2016г.), пункт 18.2.2 рабочие программы учебных предметов, курсов, должны обеспечить достижение планируемых результатов в освоении основной образовательной программы.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» является структурным компонентом основной образовательной программы основного общего образования образовательной организации, которая в свою очередь является локальным нормативным актом.

Рабочая программа разрабатывается учителем (разработчик), группой учителей (разработчики) образовательной организации. Порядок разработки рабочих программ внесение изменений и их корректировка определяется локальным нор-

мативным актом. Разработка рабочих программ по физической культуре осуществляется с учетом материально-технической базы общеобразовательной организации.

Структура рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» определяется требованиями Федерального государственного стандарта начального, основного и среднего общего образования и включает в себя:

- планируемые результаты освоения учебного предмета;
- содержание учебного предмета;
- тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освещение каждой темы.

Структура рабочей программы утверждается локальным актом образовательной организации.

Раздел «Планируемые результаты освоения учебного предмета» включает:

Личностные результаты отражаются в индивидуальных, качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета "Физическая культура". Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям физической культурой и спортом, двигательной деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении в познавательной и предметно-практической деятельности знаний и умений, приобретенных на базе освоения содержания предмета "Физическая культура" в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальных способностей, которые потребуются как в рамках образовательного процесса, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

Предметные результаты характеризуют умения и опыт обучающихся, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета "Физическая культура" и проявляются в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой. Формирование представлений, понятий, методов и приемов в области физической культуры и спорта.

**Примерные личностные, метапредметные и предметные результаты
освоения предмета «Физическая культура»**

Раздел программы	Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты
История физической культуры	Знания основных направлений развития физической культуры в обществе. Знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения.	Осознавать роль физической культуры. Понимание физической культуры как явления культуры.	Умение использовать ценности физической культуры. Накопление необходимых знаний в области физической культуры.
Физические упражнения	Роль физической культуры в организации здорового образа жизни	Активное использование занятий физической культурой для профилактики утомления.	Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки.
Организация и проведение самостоятельных занятий	Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы. Способность самостоятельно организовывать места для обеспечивать безопасность.	Владение широким арсеналом двигательных действий, активное их использование в самостоятельно организуемой физкультурно-оздоровительной деятельности. Умение организовывать места занятий и обеспечить их безопасность.	Владеть навыками выполнения разнообразных физических упражнений. Умение содержать в порядке инвентарь и одежду.
Физкультурно-оздоровительная деятельность	Составлять комплексы для оздоровительной гимнастики.	Использование физических упражнений.	Уметь творчески применять полученные знания.
Легкая атлетика	Способность вести наблюдение за динамикой физического развития и объективно оценивать ее.	Добросовестное выполнение учебных заданий и повышение результативности их выполнения.	Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений.
Гимнастика с основами акробатики	Грамотно пользоваться понятийным аппаратом. Способность преодолевать трудности.	Добросовестное выполнение учебных заданий. Понимание культуры движений человека. Осознанное стремление к освоению новых знаний и умений.	Уметь проявлять командное взаимодействие, четко выполнять строевые приемы. Уметь описать технику опорных прыжков, упражнений на гимнастическом бревне, упражнений на перекладине.

Подвижные и спортивные игры	Проявлять доброжелательное и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований. Владеть информационными жестами судьи.	Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания и уважения, находить компромиссы. Восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения.	Способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе игровой и соревновательной деятельности. Уметь выполнять передачи мяча, владеть техникой выполнения заданий с мячом. Активно включаться в физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия.
Лыжная подготовка	Способность выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.	Владение арсеналом двигательных действий из базовых видов спорта.	Выполнять классические лыжные ходы. Подъемы, спуски, торможения, повороты.
Составление игр и развлечений	Способность проводить самостоятельные занятия по развитию физических качеств, контролировать и анализировать их эффективность.	Владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности	Уметь максимально проявлять физические способности при выполнении упражнений по физической культуре.

В разделе «Содержание учебного предмета» включается перечень изучаемого учебного материала по основным разделам и содержательным линиям. Содержание определяется с учетом Примерной основной образовательной программы, примерных программ по физической культуре.

В разделе описывается содержание предмета «Физическая культура» в соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности, включающей три основных учебных раздела: "Знания о физической культуре" (информационный компонент деятельности), "Способы двигательной (физкультурной) деятельности", "Физическое совершенствование" (мотивационный компонент деятельности), а также базовая и вариативные составляющие предмета «Физическая культура».

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на усвоение каждой темы отражает темы основных разделов учебной программы, число учебных часов, отводимых на изучение каждой темы, даются характеристики видов деятельности обучающихся. Эти характеристики ориентируют учителя физической культуры на результаты педагогического процесса, которые

должны быть получены в конце освоения содержания предмета "Физическая культура".

Примерное распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (5-9 классы)

№ п\п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)				
		Класс				
		5	6	7	8	9
1	<i>Базовая часть</i>	75	75	75	75	75
1.1	Основные знания о физической культуре	В процессе уроков				
1.2	Гимнастика	18	18	18	18	18
1.3	Легкая атлетика	21	21	21	21	21
1.4	Лыжная подготовка	18	18	18	18	18
1.5	Спортивные игры (волейбол)	18	18	18	18	18
2.	<i>Вариативная часть</i>	30	30	30	30	30
2.1	Спортивные игры (баскетбол)	12	11	11	11	11
2.2	Фитнес	9	9	9	9	9
2.3	Бадминтон	9	9	9	9	9
3.	Итого	105	105	105	105	105

Целесообразно разработать тематическое планирование для каждой параллели классов (1, 2, 3, 4, 5, 6, и т.д.).

Примерная форма тематического планирования для 5 класса

№	Тема раздела	Количество часов	Форма текущего контроля
1	Легкая атлетика. Обучение равномерному бегу по дистанции до 400 метров.	3	Текущий
2	Легкая атлетика. Обучение прыжку в длину с разбега способом «согнув ноги». Подвижная игра «Волк во рву».	3	Текущий

Инновационные программы, предложенные экспертным советом Минобрнауки РФ для совершенствования системы физического воспитания в общеобразовательных организациях

- Программно – методический комплекс по физическому воспитанию обучающихся 1- 11 классов на основе Самбо, автор: Табаков С.Е., 2016г.
- «Программа «Теннис» как третий час физической культуры в школе для 1-4 классов», авторы: Жихарева О.И., Журавлева А.Ю., 2012г.
- «Программа по физической культуре для 1-4 классов общеобразовательных организаций на основе мини - настольного тенниса, Торгов М.Л., Спиридонов В.В., Спиридонов Ю.В., 2015г.
- «Программа для обучающихся 8-11 классов по физической культуре на основе фитнес – аэробики», авторы: О.С. Слуцкер и др., 2011г.
- «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»;
- Программа третьего урока физической культуры для 1-11 классов, авторы: Бесполов Д.В., Бесполова А.В., 2012г.
- «Программа по бадминтону для общеобразовательных школ, 5-11 классы», автор В.Г. Турманидзе, 2012г.
- «Модульная программа по физической культуре по физической культуре для 1-11 классов общеобразовательных учреждений «ФизкультУРА!»;
- Программа «Интегративный курс физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола», авторы: Грибачева М.А., Круглыхин В. А., Разова Е.В., 2011г.
- Программа «Интегративный курс физического воспитания для обучающихся основного общего образования на основе футбола» 5-9 классы, авторы: Круглыхин В. А., Разова Е.В., 2015г.
- Программа Физическая культура. Настольный теннис. Программа интегративного курса, автор Барчуков Г.В., 2013г.;
- Программа «Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы» под редакцией И.А Винер, 2011г.
- «Гармоничное развитие детей средствами гимнастики. 1-4 классы» по редак. И.А. Винер; 2012г.
- Модульная программа по физической культуре для общеобразовательных организаций «Фигурное катание» 1-4 классы, авторы: Белокринкина В.А., Кораблин С.А., 2015г.
- Модульная программа по Физической культуре для 1-11 классов общеобразовательных учреждений «ФизкультУРА!» разработана коллективом ООО «Премьер-УчФильм», 2013г.

В рамках реализации практической части рекомендуется:

1. При преподавании предмета «Физическая культура» следует обратить внимание на следующие темы:

Раздел программы	Выполнение упражнения	Рекомендации
Легкая атлетика в 1-4 классах	Прыжки в длину с места.	Рекомендуется давать больше подводящих упражнений, упражнений, способствующих развитию скоростно-силовых качеств, акцентировать внимание на технике выполнения прыжка.
Гимнастика в 1-4 классах	Опорный прыжок (наскок), лазание по канату, акробатика.	обратить особое внимание на соблюдение техники безопасности, дисциплины на уроке);
Подвижные игры в 1–3 классах		обращать внимание на техническое выполнение заданий (соблюдение правил игры).
Подвижные игры – в 4х классах	Подвижные игры с элементами спортивных игр	акцентировать внимание на технике ловли и передачи мяча двумя руками.
Гимнастика в 5-9 классах	Опорный прыжок, лазание по канату, акробатические комбинации	строго соблюдать технику безопасности, дисциплину на уроке.
Легкая атлетика в 5-11 классах	Эстафеты, передача эстафеты	требуется дополнительные объяснения и показы упражнения.
Легкая атлетика в 5-11 классах	Прыжок в высоту	обращать внимание на маховую ногу и следить за тем, чтобы ученик приземлялся на ноги
Легкая атлетика в 5-11 классах	Прыжок в длину с разбега	обратить внимание на подбор разбега, определение толчковой ноги
Баскетбол в 5-11 классах	Ведение мяча одной рукой, ведение мяча попеременно, передача мяча, бросок мяча в кольцо с различных точек	больше уделять внимания правильной технике броска мяча, разучиванию элементов защиты и элементов нападения, соблюдению техники безопасности.
Волейбол	Подача мяча, прием и передача мяча	обращать внимание на технику приема мяча, на доведении мяча до связующего игрока, разучивать командные действия в защите и в нападении.

Лыжные гонки	Техника передвижений на лыжах	акцентировать внимание на технике двушажного и одношажного хода, разучивании конькового хода, температурный режим
--------------	-------------------------------	---

- При преподавании предмета «Физическая культура» в 10–11 классах следует обратить внимание во всех темах на дальнейшее совершенствование и закрепление техники выполнения упражнений.
- При планировании учебного материала по освоению темы «Лыжные гонки» заменять освоение темы «Лыжные гонки» углубленным изучением содержания других тем на открытом воздухе.
- Тему «Плавание» можно вводить в образовательный процесс при наличии соответствующих условий и материально-технической базы.

Следует отметить, что наличие трудностей при изучении той или иной темы, во многом зависит от квалификации учителя физической культуры. Поэтому предлагаем учителям периодически пользоваться специальной литературой (журналы «Теория и методика физической культуры», «Физическая культура в школе»), электронный ресурс «Российская электронная школа», изучать опыт успешных учителей физической культуры, посредством участия в научных и научно-практических конференциях, семинарах.

Уроки физической культуры содержат богатый материал для воспитания волевых качеств (инициативность, самостоятельность, смелость, дисциплинированность, чувство ответственности). Воспитание нравственных и духовных сторон личности, таких, как честность, милосердие, взаимопомощь, отзывчивость и др. Одновременно с этим учебный материал программы позволяет учителю содействовать развитию у учащихся психических процессов: восприятий, представлений, памяти, мышления.

В 5 классах увеличиваются индивидуальные различия школьников, что необходимо учитывать при обучении движениям, развитии двигательных способностей, осуществлении процесса воспитания. В этой связи для группы школьников или отдельных обучающихся следует дифференцировать задачи, содержание, темп освоения программного материала, оценку их достижений.

Дифференцированный и индивидуальный подход особенно важен для учащихся, имеющих низкие и высокие результаты в области физической культуры. При выборе содержания и методов проведения урока необходимо в большей мере, чем в младшем школьном возрасте, учитывать возрастные особенности занимающихся.

Уроки физической культуры посещают все обучающиеся, имея с собой спортивную форму в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия, согласно требованиям техники безопасности и охраны труда.

Полное освобождение школьников от занятий физической культурой может носить только временный характер (освобожденными могут быть дети, не посещающие школу из-за значительных патологических отклонений в здоровье, обучающиеся дома).

При пропуске уроков физической культуры учащийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным документом, который передаётся классному руководителю или учителю физической культуры.

Все обучающиеся, освобождённые от занятий, обязаны присутствовать на уроках физической культуры (в помещении спортивного зала, на стадионе или ином месте, где проходят занятия с классом), под присмотром учителя физической культуры. Если урок первый или последний, то по заявлению родителей, учащийся может находиться дома. Заявление, в котором прописывается ответственность родителей в указанный промежуток времени, приносится до начала урока.

Учитель физической культуры определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий, с данными учащимися на предстоящий урок. Возможно оказание посильной помощи в судействе или организации урока, а также теоретическое изучение материала.

Обучающиеся, занимающиеся в спортивных школах (ДЮСШ, СДЮШОР) и представившие документы (справка с количеством часов в неделю и временем занятий) обязаны посещать уроки физической культуры без прохождения программы по профильным дисциплинам со сдачей контрольных упражнений.

В случае, если программа не предусматривает прохождение данного раздела, то дети занимаются на общих основаниях. Если учебно-тренировочные занятия в спортивной школе совпадают по времени с уроками физической культуры, то учащиеся освобождаются от посещения урока по предварительному заявлению родителей, согласованного с администрацией и учителем школы, но в конце четверти (не позднее, чем за две недели до окончания), сдают контрольные тесты-упражнения или технические элементы программы.

Обучающиеся, занимающиеся в музыкальных школах должны представить справку с указанием профильной дисциплины. При занятиях на уроках физической культуры данные учащиеся освобождаются от выполнения упражнений и разделов программы, в которых задействованы части костно-мышечной системы организма для успешного прохождения обучения по выбранному виду музыкальной деятельности. В тоже время учащийся обязан пройти смежный вид спортивной программы без нагрузки на данные части костно-мышечной системы организма.

В настоящее время проблема детского травматизма при проведении физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях сохраняет свою актуальность на недопустимом уровне. Наиболее частыми причинами травматизма обучающихся являются нарушения при эксплуатации школьных спортивных сооружений (закрытых и открытых), спортивного и игрового оборудования и инвентаря.

1. Рекомендации по безопасности эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений общеобразовательных организаций, спортивного оборудования и инвентаря: при организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с обучающимися подготовлены в соответствии с СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях» / Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 02-600 (Зарегистрирован Минюстом России 03.03.2011 № 23290).

Оценивание результатов физического воспитания (основная и подготовительная группа)

Учителю физической культуры необходимо обратить внимание на раздел «Характеристика контрольно-измерительных материалов», который включает в себя систему контролирующих материалов, позволяющих оценить качественные и количественные показатели физической подготовленности, а также уровень сформированности теоретических знаний по предмету. Следовательно, необходимо отдельно разрабатывать критерии выставления оценок для качественных показателей (степень овладения двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности и др.), количественных показателей (положительная динамика физической подготовленности) и теоретической подготовленности обучающихся.

При выставлении отметок по физической культуре образовательным организациям на уровне начального общего, основного общего и среднего общего образования система оценки предусматривает уровневый подход к представлению планируемых результатов и инструментарий для оценки их достижения. За точку отсчёта принимается не «идеальный образец», отсчитывая от которого «методом вычитания» и фиксируя допущенные ошибки и недочёты, формируется сегодня оценка ученика, а необходимый для продолжения образования и реально достигаемый большинством обучающихся опорный уровень образовательных достижений. Достижение этого опорного уровня интерпретируется как безусловный учебный успех ребёнка, как исполнение им требований ФГОС. А оценка индивидуальных образовательных достижений ведётся «методом сложения», при котором фиксируется достижение опорного уровня и его превышение. Это позволяет поощрять продвижения обучающихся, выстраивать индивидуальные траектории движения с учётом зоны ближайшего развития.

В процессе оценки используются разнообразные методы и формы, взаимно дополняющие друг друга (стандартизированные письменные и устные работы, проекты, практические работы, творческие работы, самоанализ и самооценка, наблюдения и др.).

Одним из наиболее адекватных инструментов для оценки динамики образовательных достижений служит портфель достижений обучающегося, который может быть отнесён к разряду аутентичных индивидуальных оценок, ориентированных на демонстрацию динамики образовательных достижений в широком образовательном контексте (в том числе в сфере освоения таких средств самоорганизации собственной учебной деятельности, как самоконтроль, самооценка, рефлексия и т. д.). Портфель достижений представляет собой специально организованную подборку работ, которые демонстрируют усилия, прогресс и достижения обучающегося в различных областях. Портфель достижений является оптимальным способом организации текущей системы оценки. При этом материалы портфеля достижений должны допускать независимую оценку.

В соответствии с п.4 ст. 15 Федерального закона «Об Образовании» освоение образовательных программ основного общего образования завершается обязательной итоговой аттестацией обучающихся. Рекомендуются засчитывать результаты выполнения нормативов ВФСК ГТО не только на дифференцированном

зачете по физической культуре в 9 и 11 классах, но и при проведении итоговой аттестации.

Важнейшей составной частью ФГОС являются требования к результатам освоения основных образовательных программ (личностным, метапредметным, предметным) и системе оценивания. Требования к результатам образования делят на два типа: требования к результатам, не подлежащим формализованному итоговому контролю и аттестации, и требования к результатам, подлежащим проверке и аттестации.

Планируемые результаты освоения учебных программ приводятся в блоках «Выпускник научится» и «Выпускник получит возможность научиться» к каждому разделу учебной программы.

Достижение планируемых результатов, отнесенных к блоку «Выпускник научится», выносятся на итоговую оценку, которая может осуществляться как в ходе обучения (с помощью накопленной оценки или портфолио достижений), так и в конце обучения, в том числе в форме государственной итоговой аттестации. Успешное выполнение учащимися заданий базового уровня служит единственным основанием возможности перехода на следующую ступень обучения.

В блоках «Выпускник получит возможность научиться» приводятся планируемые результаты, характеризующие систему учебных действий в отношении знаний, умений, навыков, расширяющих и углубляющих понимание опорного учебного материала или выступающих как пропедевтика для дальнейшего изучения данного предмета. Оценка достижения этих целей ведется преимущественно в ходе процедур, допускающих предоставление и использование исключительно неперсонифицированной информации. Невыполнение обучающимися заданий, с помощью которых ведется оценка достижения планируемых результатов данного блока, не является препятствием для перехода на следующую ступень обучения.

Полнота итоговой оценки планируемых результатов обеспечивается двумя процедурами:

- 1) формированием накопленной оценки, складывающейся из текущих и тематических учебных достижений;

- 2) демонстрацией интегрального результата изучения курса в ходе выполнения итоговой работы. Это позволяет также оценить динамику образовательных достижений обучающихся.

Накопленная оценка формируется на основе результатов выполнения учебных заданий на уроках, самостоятельных работ и домашних заданий, а также на основе достижения учащихся во внешкольной спортивной и культурно-досуговой деятельности. Учебные задания должны включать:

- 1) текст задания;
- 2) описание правильно выполненного задания;
- 3) критерии достижения планируемого результата на базовом и повышенном уровнях достижения.

При осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура» (Методические рекомендации Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 02.12.2015 г. №08-1447) законодательством в сфере образования не установлено требование обязательной сдачи всеми

обучающимися нормативов Комплекса ГТО, в связи с чем невыполнение нормативов Комплекса ГТО не может являться основанием для неудовлетворительной отметки в ходе текущей, промежуточной и итоговой аттестации по предмету «Физическая культура». При этом выполнение обучающимися нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО на бронзовый, серебряный и золотой знаки отличия являются качественным показателем решения поставленной задачи перед обучающимися в соответствии с ФГОС и может соответствовать отметке «отлично».

Согласно статье 28 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ, осуществление текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, установление их форм, периодичности и порядка проведения, индивидуальный учет результатов освоения обучающимися образовательных программ относится к компетенции образовательной организации и осуществляется в соответствии с ее уставом и другими локальными нормативными актами.

Рекомендации по учету национальных, региональных и этнокультурных особенностей при изучении предмета «Физическая культура»

При изучении предмета необходимо учитывать национальные, региональные и этнокультурные особенности. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» формулирует в качестве принципа государственной политики «воспитание взаимоуважения, гражданственности, патриотизма, ответственности личности, а также защиту и развитие этнокультурных особенностей и традиций народов Российской Федерации в условиях многонационального государства (ст. 3). При реализации Федерального компонента государственного образовательного стандарта по предметам инвариантной части изучение национальных, региональных и этнокультурных особенностей включается в предметное содержание с выделением 10-20% учебного времени от общего количества часов инвариантной части.

Технология учета таких особенностей по ФГОС в содержании предмета определяется реализуемой образовательной организацией образовательной программой. Стратегическая цель работы по освоению национальных, региональных и этнокультурных особенностей в образовательной организации формулируется в целевом разделе в пояснительной записке. В соответствии с целью конкретизируется перечень личностных и метапредметных результатов (раздел «Планируемые результаты освоения основной образовательной программы»). Особое внимание учету национальных, региональных и этнокультурных особенностей должно быть уделено в «Программе формирования развития универсальных учебных действий», «Программе духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся», «Программе воспитания и социализации».

Программы отдельных предметов, курсов и курсов внеурочной деятельности также разрабатываются с учетом национальных, региональных и этнокультурных особенностей при условии конкретизации планируемых результатов в целевом разделе ФГОС образовательных организаций. Это должно быть отражено в про-

грамме учебного предмета в разделе «Личностные, метапредметные и предметные результаты». Содержание может быть отражено в общей характеристике учебного предмета, курса, в содержании учебного предмета, в тематическом планировании в любом из разделов программы: «Знания о физической культуре» (олимпийская тематика), «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой, оценка эффективности занятий физической культурой), «Физическое совершенствование» (физкультурно-оздоровительная деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью, прикладно-ориентированная подготовка, упражнения с общеразвивающей направленностью). Количественных характеристик к реализации НРЭО в требованиях ФГОС нет. Наряду с этим в разделе «Система оценки достижения планируемых результатов освоения основной образовательной программы» эти особенности также учитываются при разработке КИМов на материале, отражающем национальные, региональные и этнокультурные особенности разного уровня и обеспечивающем динамику достижения планируемых результатов.

Общеобразовательные организации также могут разработать курсы внеурочной деятельности, обеспечивающие этнокультурные потребности и интересы обучающихся. Организационным механизмом учета национальных, региональных и этнокультурных особенностей в образовательном процессе является план внеурочной деятельности, который должен предусматривать применение оптимальных, с точки зрения обеспечения этнокультурных потребностей и интересов обучающихся, форм реализации внеурочной деятельности.

Организация занятий физической культурой с обучающимися, отнесенными по состоянию здоровья к занятиям в специальной медицинской группе

В целях совершенствования физического воспитания обучающихся общеобразовательных организаций, имеющих проблемы в состоянии здоровья, учителя физической культуры необходимо использовать *методические рекомендации Министерства образования и науки РФ «Медико-педагогический контроль над организацией занятий физической культурой, обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья» (№ МД-583/19 от 30.05.2012)*. Для занятий физической культурой обучающиеся распределяются на 4 медицинские группы: основная, подготовительная, специальная «А» (оздоровительная), и специальная «Б» (реабилитационная). Учащиеся специальной медицинской группы (подгруппа А и подгруппа Б) занимаются физической культурой отдельно от остальных школьников по специальной программе. Поэтому в сетку учебного расписания общеобразовательной организации включаются уроки физической культуры для этого контингента школьников. Из учащихся специальной медицинской группы формируют три учебных группы: первая группа — 7—11 лет, вторая группа — 12—14 лет и третья группа — 15—17 лет. Если число учащихся в учебной группе достаточно большое, то группа может быть разделена на две подгруппы (не менее 14 школьников в каждой).

Уроки физической культуры для учащихся специальной медицинской группы планируются после основных занятий из расчета два раза в неделю. Кроме того, учащиеся специальной медицинской группы посещают уроки физической культуры для остальных школьников. На этих занятиях они выполняют преимущественно упражнения корригирующей и дыхательной гимнастики, лечебной физической культуры, а также двигательные действия на повторение и закрепление материала, освоенного на уроках в специальных учебных группах. Комплектование медицинских групп для занятий физической культурой должно быть завершено не позднее 1 сентября. Списки обучающихся, отнесенных к разным медицинским группам, утверждаются локальным актом общеобразовательной организации. Медицинская группа для занятий физической культурой каждого обучающегося вносится в «Листок здоровья» классного журнала. Второй экземпляр «Листка здоровья» с указанием характера заболевания должен быть передан учителю физической культуры. При проведении занятий физической культурой педагогу следует обращать внимание и проявлять повышенную осторожность при использовании физических упражнений, потенциально опасных и вредных для здоровья учащихся. При наличии заболевания следует строго дозировать физическую нагрузку и исключать физические упражнения, противопоказанные к их выполнению по состоянию здоровья. Занятия физической культурой, обучающихся подготовительной медицинской группы проводятся в соответствии с учебными программами физического воспитания при условии постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков, особенно связанных с предъявлением к организму повышенных требований. При отсутствии противопоказаний с разрешения врача может проводиться подготовка и сдача нормативов физической подготовки, посещение спортивных секций со значительным снижением интенсивности и объема физических нагрузок.

Занятия физической культурой обучающихся специальной медицинской группы проводятся в соответствии с федеральными методическими рекомендациями «Медико-педагогический контроль над организацией занятий физической культурой, обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья» и по следующим программам:

1. Программа по физической культуре учащихся I-IV классов общеобразовательных учреждений, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе/ автор-составитель Л.Н. Коданева. - М.: 2012. -148с.

2 Программа по физической культуре учащихся V-IX классов общеобразовательных учреждений, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе/ автор-составитель Л.Н. Коданева. - М.: , 2012.

3. Программа по физической культуре учащихся X-XI классов общеобразовательных учреждений, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе/ автор-составитель Л.Н. Коданева. - М.:, 2012.

Занятия физической культурой, обучающихся специальной медицинской группы проводятся либо в медицинском учреждении (детская поликлиника, врачебно - физкультурный диспансер и др.), либо при наличии специалиста в общеобразовательной организации. Успеваемость учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, определяется на общих осно-

ваниях, однако при этом исключаются те виды движений, которые им противопоказаны. Оценивание физической подготовленности учащихся специальной медицинской группы «А» осуществляется на основе требований образовательных Программ по физической культуре для данной категории обучающихся. При оценивании по физической культуре учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе «А», рекомендуется сделать акцент на стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. Положительная оценка по физической культуре может быть выставлена как при наличии самых незначительных положительных изменений в физических возможностях, так и при наличии факта регулярного посещения занятий по физической культуре, проявленной старательности при выполнении упражнений. Итоговая оценка по физической культуре обучающимся в специальной медицинской группе «А» выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений, навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность), динамики функционального состояния и физической подготовки, а также прилежания. Обучающиеся специальной медицинской группы «Б» на основании представленной справки установленного образца, выданной медицинским учреждением о прохождении курса ЛФК, оцениваются в образовательном учреждении по разделам: «Основы теоретических знаний» в виде устного опроса или написания рефератов, «Практические умения и навыки» в виде демонстрации комплексов ЛФК, освоенных согласно своему заболеванию в медицинских учреждениях, с последующей итоговой аттестацией по предмету «Физическая культура». Учащиеся, освобожденные от уроков физической культуры, в классном журнале не отмечаются как отсутствующие. В данном случае учителем физической культуры дается индивидуальное задание по теоретической части изучаемого курса, за которые впоследствии выставляются текущие и итоговые оценки.

Дозировка физической нагрузки на занятиях имеет решающее значение. Для ее регуляции используют многообразие приёмов. Нагрузку можно регулировать:

- темпом движения, т. е. количеством движений в единицу времени;
- подбором физических упражнений, т. е. путём их усложнения, включая упражнения с отягощением;
- амплитудой движений;
- исходными положениями при выполнении упражнений;
- временем, затрачиваемым на выполнение упражнений и отдыхом между ними;
- степенью мышечного напряжения;
- эмоциональным фактором.

Для контроля широко используется хронометраж и пульсометрия. Хронометраж позволяет определить общую и моторную плотность занятия, пульсометрия – правильность распределения нагрузки на уроке и адекватность её функциональным возможностям занимающихся.

В подгруппе «А» физические нагрузки постепенно увеличиваются по интенсивности и объёму согласно адаптационным и функциональным возможностям организма. Двигательные режимы рекомендуется выполнять при частоте сердечных сокращений (ЧСС) 120-130 уд/мин. в начале четверти, постепенно уве-

личивая интенсивность физических нагрузок в основной части урока и ЧСС до 140-150 уд/мин. к концу четверти.

В условиях аэробного дыхания двигательные режимы при ЧСС 130-150 уд/мин. являются оптимальными для кардио-респираторной системы и дают хороший тренировочный эффект.

В подгруппе «Б» двигательные режимы выполняются при ЧСС не более 120 уд/мин. в течение всего учебного года, т.к., по данным физиологов, при такой ЧСС они способствуют гармонической деятельности сердечнососудистой, дыхательной и нервной систем, опорно-двигательного аппарата и других органов и систем организма: увеличивается минутный объем крови (за счет систолического объема), улучшается внешнее и тканевое дыхание.

Переносимость нагрузки определяется по реакции сердечно-сосудистой системы. Для детей с ослабленным здоровьем не допускается резкое учащение пульса (свыше 150 уд/мин.).

Организация образовательной деятельности в условиях инклюзивного образования

Структура рабочих программ учебных предметов, коррекционных курсов для обучающихся по адаптированным общеобразовательным программам начального общего образования общеобразовательной организации (далее – АОП) определяется локальным нормативным актом общеобразовательной организации и определяется вариантом реализуемой АОП.

Структура рабочих программ учебных предметов, коррекционных курсов в зависимости от варианта реализации АОП должна соответствовать ФГОС НОО, ФГОС НОО ОВЗ или ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Информация об учебниках и учебно-методических пособиях для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 1 дополнительного и 1 класса в части, не противоречащей действующему законодательству, представлена в письме Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.08.2016 года № 07-3517 «Об учебниках для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Структура рабочих программ учебных предметов, курсов, в том числе коррекционно-развивающей области, для обучающихся по адаптированным общеобразовательным программам основного общего образования определяется локальным нормативным актом общеобразовательной организации.

При разработке рабочих программ учебных предметов, курсов для учащихся по адаптированным общеобразовательным программам основного общего образования можно учитывать структуру, определенную в п. 18.2.2. ФГОС ООО.

Рекомендации по организации и содержанию внеурочной деятельности по физической культуре

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основных образовательных программ.

Внеурочная деятельность является обязательным компонентом содержания основной образовательной программы начального, основного общего и среднего (полного) общего образования. Внеурочная деятельность реализуется по следующим направлениям развития личности: духовно-нравственное, физкультурно-спортивное и оздоровительное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное (ссылка на п.14 ФГОС ООО).

Структуру программы внеурочной деятельности целесообразно составлять в соответствии с требованиями к программам отдельных предметов, курсов (п.19.5 ФГОС ООО).

В соответствии с приказом министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г. №1578 (зарегистрировано в министерстве юстиции РФ № 42020 09 02.2016г.), пункт 18.2.2

Рабочие программы внеурочной деятельности должны обеспечить достижение планируемых результатов в освоении основной образовательной программы.

Рабочие программы внеурочной деятельности должны содержать:

- результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
- тематическое планирование.

Особенностью внеурочной деятельности является то, что она направлена на достижение обучающимися личностных и метапредметных результатов.

План внеурочной деятельности может включать курсы внеурочной деятельности содержательно относящихся к тому или иному учебному предмету или группе предметов, но направленных на достижение не предметных, а личностных и метапредметных результатов. Эти результаты сформулированы в Планируемых результатах программ междисциплинарных курсов (1.2.3., *Планируемые результаты освоения учебных и междисциплинарных программ*).

В соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015г. № 81 «О внесении изменений №3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в образовательных организациях», часы, отводимые на внеурочную деятельность, рекомендуется использовать для проведения полезных практик, исследовательской деятельности, реализацию образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещение музеев и др. мероприятий. Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения, а также их суммирования в течение учебного года.

Следует подчеркнуть, что формы внеурочной деятельности являются различными на уровне начального и уровне основного общего образования. Так, для обучающихся 1–4 классов рекомендуемыми формами выступают школьные спор-

тивные клубы и секции, конференции, олимпиады, военно-патриотические объединения, экскурсии, соревнования и другие формы. Для учащихся 5–9 классов такими формами могут быть школьные спортивные клубы и секции, юношеские организации, научно-практические конференции, школьные научные общества, олимпиады, Президентские состязания, внутришкольные соревнования по различным видам спорта, проведение соревнований по ОФП и другие формы отличные от урочной. Направления и формы внеурочной деятельности осуществляются на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений в целях обеспечения их индивидуальных потребностей.

Содержание образовательных программ по предмету «Физическая культура» должно способствовать сохранению триединства:

- оздоровительное – ориентируется на целенаправленное укрепление здоровья обучающихся, углубленное развитие физических качеств и способностей, оптимизацию работоспособности и предупреждение заболеваемости;
- спортивное – характеризуется углубленным освоением обучающимися на ступени основного общего образования и среднего (полного) общего образования (базовый уровень) одного или нескольких видов спорта, предусмотренных образовательной программой основного и среднего (полного) образования по физической культуре (в т. ч. и национальных видов);
- общеразвивающее – ориентируется на расширенное и углубленное освоение обучающимися отдельных тем и разделов действующих примерных программ начального, основного и среднего (полного) образования.

Использование пособий при проектировании внеурочной деятельности для педагогов

1. Моделируем внеурочную деятельность обучающихся. Методические рекомендации: пособие для учителей общеобразовательных организаций / авторы-составители: Ю. Ю. Баранова, А. В. Кисляков, М. И. Солодкова и др. – М: Просвещение, 2013. – 96 с.

2. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – М.: Просвещение, 2014. – 224 с

3. Внеурочная деятельность. Примерный план внеурочной деятельности в основной школе: пособие для учителей общеобразовательных организаций / П. В. Степанов, Д. В. Григорьев. – М.: Просвещение, 2014. – 127 с.

4. Внеурочная деятельность школьников в разновозрастных группах / Л. В. Байбородова. – М.: Просвещение, 2014. – 177 с.

5. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – М.: Просвещение, 2011. – 96 с.27

6. Концепция и модель оценки качества воспитания в системе общего образования: научно-методическое пособие / Л. В. Алиев и др. – М.: Центр Пед. поиск, 2013. – 96 с.

7. Воспитание и внеурочная деятельность в стандарте начального общего

образования / П. В. Степанов И. В. Степанова. – М.: Центр Пед. поиск, 2011. – 96с.

8. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.

9. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 95 с.

10. Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность / П. В. Степанов, С. В. Сизяев, Т. Н. Сафронов. – М.: Просвещение, 2011. – 80 с.

11. Кузнецов, В. С., Колодницкий, Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Лыжная подготовка. Пособие для учителей и методистов – М.: Просвещение, 2014. – 80 с.

12. Кузнецов, В. С., Колодницкий, Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика. Пособие для учителей и методистов – М.: Просвещение, 2014. – 80с.

13. Кузнецов, В. С., Колодницкий, Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре. Пособие для учителей и методистов – М.: Просвещение, 2014. – 80 с.

14. Кузнецов, В. С., Колодницкий, Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол. Пособие для учителей и методистов – М.: Просвещение, 2014. – 80с.

15. Макеева, А. Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья 5–6 класс. – М.: Просвещение, 2013. – 67 с.

16. Макеева, А. Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья 7–8 класс. – М.: Просвещение, 2013. – 64 с.

17. Макеева, А. Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья 9 класс. – М.: Просвещение, 2013. – 64 с

В работе с одарёнными детьми в рамках преподавания физической культуры необходимо обратить внимание на следующее:

- большинству одаренных детей присущи особые черты, отличающие их от сверстников, отмечается высокая активность углубленного освоения одного или нескольких видов спорта (в т. ч. и национальных видов),

- способность концентрировать внимание и упорство в достижении результата в выбранном виде спорта.

Для другой группы детей характерна высокая любознательность и исследовательская активность в сфере, которая им интересна. Задача учителя своевременно направить способности ребенка в нужное русло для углубленного изучения, достижения высокого спортивного мастерства и в целях преемственности отправлять в спортивные секции и кружки дополнительного образования (ДЮСШ, РДЮСШ, спортклубы и т.д.);

- сформировать объединения обучающихся по интересам в подготовке научно-исследовательских и творческих проектов для участия в конференциях, фестивалях, конкурсов в рамках «Эврика», «Юность. Творчество. Поиск», «Шаг в будущее» и др.

Развитие устной и письменной речи обучающихся

В профессиональном стандарте «Педагог» обозначено требование, предъявляемое к педагогу: он должен уметь общаться с детьми, признавая их достоинство, понимая и принимая их, должен развивать коммуникативную компетенцию обучающихся. Под коммуникативной компетенцией подразумевается овладение всеми видами речевой деятельности, основами культуры устной и письменной речи.

Учителю принадлежит особая роль в развитии и совершенствовании речевой культуры общества. В процессе преподавания коммуникативным лидером является именно учитель: сообщает информацию, организует обмен ею, регулирует взаимоотношения между учащимися. Слово – это главный инструмент педагога, поэтому оно должно быть эталоном грамотности, образцом высокой культуры речи.

К учителям-предметникам предъявляются требования в отношении качества их речи, соответствия её нормам современного русского литературного языка. Эти требования предъявляются как к письменной, так и устной речи школьных учителей. Всем учителям-предметникам необходимо

- соблюдать правила литературного произношения, построения грамматически правильной и логически точной речи;
- следить за речью учащихся во время устных ответов, систематически исправлять отклонения от норм литературного языка (соблюдение орфоэпических, грамматических и речевых норм),
- бороться с употреблением жаргонизмов, вульгаризмов, а также диалектных слов и выражений на уроке и вне урока;
- обращать внимание на качество чтения вслух, совершенствовать навыки выразительного чтения, повышать уровень развития произносительно-слуховой культуры учащихся (чёткость дикции, умение определять место логического ударения, соблюдение правильной интонации).

Воспитание речевой культуры учащихся должно осуществляться в единстве требований и подходов общими усилиями учителей-предметников. Оценивая на уроке устное высказывание ученика, необходимо учитывать содержание высказывания, логическое построение и речевое оформление. Для речевой культуры учащихся важны умения слушать и понимать речь учителя и других учеников, умение задавать вопросы, участвовать в обсуждении проблемы, высказывать свою точку зрения и аргументировать её.

Анализируя опыт работы Челябинского института переподготовки и повышения квалификации работников образования по данному направлению, особенно актуальным становится обращение к этим компетенциям педагога в связи с введением устного собеседования для выпускников 9-х классов как допуска к государственной итоговой аттестации на этапе основного общего образования. Формат проведения данного собеседования предполагает участие в процедуре не только преподавателей-филологов в качестве экспертов, оценивающих работу ученика, но и учителей других предметов в качестве экзаменаторов-собеседников. Диалог, который они будут вести совместно с учеником, должен воспроизводить естественную и привычную форму речевого взаимодействия, предполагающую

свободное самовыражение. Апробация проведения устного собеседования в 2017-2018 учебном году выявила дефицит специалистов, способных эмоционально расположить ученика к беседе. Данная позиция актуализирует необходимость повышения квалификации специалистов, участие которых предполагается в качестве экзаменаторов-собеседников при проведении итогового собеседования. Наряду с этим необходимо обратить внимание, что развитие коммуникативных универсальных учебных действий возможно только в условиях учебного сотрудничества, предполагающего продуктивный диалог между учителем – учащимся / группой учащихся, учащимся – учащимся / группой учащихся. Следовательно, актуальными вопросами организации методической работы остается освоение всеми педагогами способов формирования / развития коммуникативных и регулятивных универсальных учебных действий.

**Увеличения двигательной активности обучающихся
на основе планомерной организации подготовки к выполнению
нормативов «ВФСК «ГТО», участия в Президентских играх
и Президентских спортивных состязаниях и других
развивающих и спортивных мероприятиях**

Увеличение двигательной активности обучающихся должно строиться на вовлечении как можно большего числа школьников в спортивно-массовую и соревновательную деятельность. При этом необходимо понимать, что высокие результаты одних и тех же обучающихся со спортивной подготовкой (зачастую многолетней, полупрофессиональной) являются личными успехами этих школьников, а не результатом деятельности учителя, школы. Основная задача учителя организовать работу так, чтобы обеспечить сокращение гиподинамии, осуществить профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата, зрения, сердечнососудистых заболеваний, а в целом не допустить ухудшения здоровья школьника в будущем из-за возможно приобретенных в школе заболеваний.

Введение в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), главной целью данной меры является охват всего населения страны общим спортивным движением. Рекомендуем учитывать изменения в видах испытаний и нормативных требований при подготовке обучающихся к итоговому тестированию на получение значка.

Для этого в каждой школе рекомендуется создать **Единый спортивный календарь**, включающий мероприятия по подготовке к выполнению нормативов ВФСК ГТО (для этого внести изменения в основные планы работы и в программы внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности для систематической и целенаправленной подготовки всех обучающихся к выполнению нормативов в различных формах (акции, фестивали, викторины, праздники с участием родителей, соревнования между классами, параллелями, конкурсы проектов и т.д.). В плане необходимо найти место не только для участия каждого ребенка в максимальном количестве мероприятий, но и оценки эффективности его участия. При планировании необходимо учесть совместное проведение мероприятий с

учреждениями дополнительного образования, направленных на организацию массовых пропагандистских акций по продвижению ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Кроме того, во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 30 июля 2014 г. № 948 «О проведении Всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников», приказа Министерства образования и науки Российской Федерации № 966, приказа Министерства спорта и туризма Российской Федерации № 1009 от 27-09-2010 года «Об утверждении порядка проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников в Единый календарь рекомендуется внести школьные этапы физкультурно-оздоровительных соревнований по программе Всероссийских спортивных игр школьников: «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры». Рекомендуем включить во внутришкольные мероприятия соревнования по футболу и мини-футболу с выходом участия в турнирах «Кожаный мяч», проводимых в г. Иркутске, а также другие традиционные ежегодные спортивные мероприятия.

Стимулирование заниматься физической культурой и спортом рекомендуется производить в соответствии с пунктом 7 статьи 69 Приказа Минобрнауки РФ от 28 июля 2014 г. № 839 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, специалитета, магистратуры», так как выпускники школ, лицеев и гимназий поступающие на обучение по образовательным программам среднего профессионального и высшего профессионального образования вправе представить сведения о своих индивидуальных достижениях, результаты которых учитываются этими образовательными организациями при приеме.

Требования к материально-техническим, санитарно-гигиеническим, организационно-педагогическим условиям по предмету «Физическая культура»

Провести проверку на наличие необходимого спортивного инвентаря и оборудования для прохождения программы по физической культуре (Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 марта 2016 г. N 336 «Об утверждении перечня средств обучения и воспитания, необходимых для реализации образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования, соответствующих современным условиям обучения, необходимого при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий по содействию созданию в субъектах Российской Федерации (исходя из прогнозируемой потребности) новых мест в общеобразовательных организациях, критериев его формирования и требований к функциональному оснащению, а также норматива стоимости оснащения одного места обучающегося указанными средствами обучения и воспитания").

(Письмо Министерства образования и науки РФ от 16.05.2012г. № МД-520/19 «Об оснащении спортивных залов и сооружений общеобразовательных учреждений» и «Требований к оснащению образовательного процесса по предмету «Физическая культура»).

- Провести испытания спортивного оборудования с составлением соответствующих актов и обеспечить комфортные условия для занятий в спортивном зале на основе требований СанПиН 2.4.2.2821-10 (температурный режим, освещение, санитарное состояние спортивного зала, раздевалок, санитарную обработку спортивного инвентаря и оборудования).

- Организовать медицинское сопровождение образовательного и воспитательного процессов (по договору с медицинским учреждением).

- Оформить к началу учебного года лист здоровья, в классном журнале в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10.

- Утвердить к началу учебного года учебную документацию учителя физической культуры.

- Организовать внутришкольный контроль по предмету «Физическая культура».

- При составлении расписания учесть гигиенические рекомендации к составлению расписания уроков на основе требований СанПиН 2.4.2.2821-10.

- Обеспечить образовательные организации УМК по предмету «Физическая культура» в соответствии с количеством учащихся.

Основные формы организации учебной деятельности по формированию ИКТ-компетенции обучающихся по физической культуре могут включать:

- уроки по физической культуре;
- секции;
- кружки;
- интегративные межпредметные проекты;
- внеурочные и внешкольные мероприятия.

В 2017 году начата апробация проекта «Российская электронная школа» <http://resh.edu.ru>. «Российская электронная школа» (далее – РЭШ) – это открытая образовательная среда, где могут получить знания на русском языке все желающие, в том числе проживающие за рубежом.

Задачи РЭШ:

1. Повысить качество образования школьников.
2. Сделать возможным график индивидуального обучения.
3. Помочь учителям освоить новые методики.
4. Сделать новые технологии частью образовательной деятельности.
5. Использовать образовательный потенциал регионов.

РЭШ включает библиотеку уроков в России, а также видео, тексты, рисунки, методические материалы, спектакли, тесты, фильмы, которые можно использовать при проектировании уроков.

Учителя физической культуры могут использовать в работе следующие материалы РЭШ:

- конспекты уроков;
- видеоуроки по всем разделам программы;
- упражнения и задачи;
- проверочные задания;
- методические рекомендации;
- тестовые материалы.

Использование проверочных заданий и тестовые материалов РЭШ возмож-

но, если они утверждены в ООП общеобразовательной организации.

При реализации учебной деятельности, предполагающей использование электронных образовательных ресурсов, поиск и анализ информации в Интернете, сетевую коммуникацию между учениками и (или) учителем необходимо соблюдение информационной безопасности обучающихся.

Информационные ресурсы, обеспечивающие методическое сопровождение образовательного процесса по предмету «Физическая культура»

В своей работе педагогу необходимо использовать ресурсы, размещенные на информационно-консультационном портале официального сайта министерства образования Иркутской области и министерства просвещения Российской Федерации.

Сайты в помощь учителю

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	http://www.scrf.gov.ru
Министерство внутренних дел РФ	http://www.mvd.ru
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство здравоохранения РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство просвещения РФ	edu.gov.ru
Российская электронная школа	resh.edu.ru
ГАУ ДПО Институт развития образования Иркутской области	http://www.iro38.ru/
Министерство по физической культуре, спорту и молодежной политике Иркутской области	http://irksportmol.ru/
Подготовка учащихся 1—11 классов к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).	drofa.ru
Проверочные тесты по разделам учебной программы	http://nsportal.ru/sites/default/files/2015/09/28/test.docx
Академия повышения квалификации работников образования	http://www.apkro.ru
Федеральный российский общеобразовательный портал	http://www.school.edu.ru
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru
Журнал «Курьер образования»	http://www.courier.com.ru
Журнал «Вестник образования»	http://www.vestnik.edu.ru
Издательский дом «Профкнига»	http://www.profkniga.ru
Издательский дом «1 сентября»	http://www.1september.ru

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru
Методический портал для учителей физкультуры	http://www.uroki.net/docfizcult.htm
Всероссийский интернет-педсовет	http://pedsovet.org/
Учительский портал	http://www.uchportal.ru/load/102-1-0-60311w.uchportal.ru/
Видеоуроки в Интернет	videouroki.net/
Социальная сеть работников образования «Физкультура и спорт»	http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
Открытый класс	http://www.openclass.ru
Копилка уроков	http://kopilkaurokov.ru/
Физкультура на 5	http://fizkultura-na5.ru/Catalog-statei/fizicheskaya-kultura.html
Газета «Здоровье детей»	http://zdd.1september.ru/
Журнал «Спорт в школе»	http://spo.1september.ru/
Центральная отраслевая библиотека по физической культуре	http://lib.sportedu.ru/
«Единая коллекция цифровых образовательных сайтов «Учительский сайт» проекта «Инфоурок»	http://infourok.ru/user/ritova-anna-vladimirovna
«Видеоуроки для учителей, учеников и родителей»	http://videouroki.net/view_post.php?id=350
Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»	http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/
Научно-методический журнал «Физическая культура в школе»	http://www.shkola-press.ru
Портал Всероссийской олимпиады школьников	http://rusolymp.ru
Проект «Инфоурок»	http://infourok.ru/konkurs

Список дополнительной литературы для учителя физической культуры

1. Виленский М.Я., Чичикин В.Т., Торочкова Т. Ю. Физическая культура. 5. Методические рекомендации. 5-7 классы. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2017.
2. Родиченко В.С. Твой олимпийский учебник. Учебное пособие. – М.: «Физкультура и спорт», 2014.
3. Михайлова Э.И., Михайлов Н.Г. Аэробика в школе. Методическое пособие. – М.: Издательство «Советский спорт», 2014.

4. Балашова В.Ф., Чесноков Н.Н. «Физическая культура: тестовый контроль знаний. Методическое пособие. – М.: Издательство «Советский спорт», 2014.
5. Паршикова Н.В., Виноградов Л.А. «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО. Методическое пособие. – М.: Издательство «Советский спорт», 2014.
6. Винер И.А. Горбулина Н.И. Физическая культура. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики: Методическое пособие: 1-4 класс. – М.: Просвещение. 2012.
7. Лях В.И. Физическая культура. 10-11 класс. Тестовый контроль. Для учителей общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2014.

Бондаренко Н.Л., методист МКУ г. Иркутска «ИМЦРО»;
Черепанова М.Ю. учитель физической культуры
высшей квалификационной категории МАОУ гимназия №2.

