

Государственное автономное учреждение Калининградской области
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования»

Методические рекомендации
о преподавании предмета «Физическая культура»
в общеобразовательных организациях Калининградской области
в 2016-2017 учебном году

Кафедра педагогики и психологии
Автор: Козина Жанна Геннадьевна,
Методист кафедры педагогики и психологии

г. Калининград
2016

I. Введение

Настоящие методические рекомендации о преподавании предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях Калининградской области в 2016-2017 учебном году (далее – Методические рекомендации) разработаны с целью оказания методической помощи учителям физической культуры общеобразовательных организаций в планировании профессиональной деятельности и проектировании современного урока в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами общего образования.

Преподавание предмета «Физическая культура», как и других учебных предметов осуществляется в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами общего образования (далее - ФГОС). В соответствии с ФГОС физическая культура входит в предметную область «Физическая культура» и является основой физического воспитания обучающихся. В 2016-2017 учебном году обучение по ФГОС является обязательным в 1-4 и 5-6 классах. В 7-9 и 11 классах продолжается обучение по ФГОС, веденного по мере готовности. В 10 классах введение обучения по ФГОС осуществляется по мере готовности образовательной организации. С 2021-2022 учебного года обязательно введение ФГОС на уровнях начального, основного и среднего (полного) общего образования.

Физическая культура, являясь частью общей культуры человека, а также частью культуры общества, напрямую связана с социальным запросом государства, и уровень ее развития определяет уровень жизнеспособности людей. Повышение удовлетворенности россиян доступностью качественного физического воспитания в образовании является одним из наиболее эффективных механизмов реализации социальной политики государства в области здоровья, воспитания, демографии, молодежной политики. Физическая культура играет значительную роль в подготовке молодого поколения в формировании умения обучающихся применять полученные знания, умения и навыки для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий физической культурой и спортом.

Физическая культура в образовании:

закладывает основы правильного формирования организма ребенка, решает задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья в дошкольном возрасте;

создает условия для физического совершенствования, включающего формирование установок на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, гармоничное физическое, нравственное и социальное развитие, успешное обучение, освоение первоначальных умений само регуляции средствами физической культуры на уровне начального общего образования;

раскрывает возможности освоения обучающимися содержания физкультурного образования с учетом формирования основ общей культуры, навыков здорового образа жизни, умений выполнять технические и тактические действия, приемы и физические упражнения из различных видов спорта и их использования в различных формах двигательной, игровой и соревновательной деятельности на уровнях основного и среднего общего образования.

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. С целью формирования у обучающихся ключевых компетенций, в процессе освоения предмета «Физическая культура» используются знания из других учебных предметов.

В рамках реализации комплекса мер, направленных на систематическое обновление содержания общего образования рабочей группой, созданной при

Министерстве образования и науки Российской Федерации, разработан проект Концепции модернизации содержания и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях Российской Федерации (далее – Концепция), который в настоящее время направлен на общественное обсуждение в регионы России.

Концепция представляет собой систему взглядов на основные проблемы, базовые принципы, цели, задачи и основные направления развития системы преподавания физической культуры как важнейшего и эффективного средства не только физического, но и интеллектуального, нравственного, духовного, эстетического развития личности в организациях, реализующих основные общеобразовательные программы в Российской Федерации.

Принципы и приоритетные направления государственной политики развития физической культуры, создания инструментов для гармоничного развития личности на условиях формирования здорового образа жизни в Российской Федерации сформулированы в законодательных и нормативных документах, основная часть которых представлена в настоящих Методических рекомендациях.

II. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность учителя при организации образовательного процесса по предмету «Физическая культура»

Преподавание предмета «Физическая культура» в 2016-2017 учебном году ведётся в соответствии со следующими нормативными и распорядительными документами:

Документы федерального уровня:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм., внесенными Федеральными законами от 04.06.2014 г. № 145-ФЗ, от 06.04.2015 г. № 68-ФЗ); <http://vsvvw.consultant.ru/>; <http://wvwww.garant.ru/>

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 г. № 1241, от 22.09.2011 г. № 2357, от 18.12.2012 г. № 1060, от 29.12.2014 г. № 1643, от 18.05.2015 г. № 507, от 31.12.2015 г. № 1576) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 22.12.2009 г. № 17785); <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 г. № 1644, от 31.12.2015 г. № 1577) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 01.02.2011 г. № 19644); <http://vsvvw.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

4. Приказ¹ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 г. № 1645, от 31.12.2015 г. № 1578) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 07.06.2012 г. № 24480); <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (Зарегистрировано в Минюсте России 03.02.2015 г. № 35847); <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

6. Приказ² Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении Федерального компонента государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»; <http://wvwww.consultant.ru/>

7. Приказ³ Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.07.2005 г. № 03-1263 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана»; <http://vsvvw.consultant.ru/>

8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. № 253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 08.06.2015 г. № 576, от 28.12.2015 г. № 1529, от 26.01.2016 г. № 38); <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

9. Приказ Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544н (с изм. от 25.12.2014 г.) «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 г. № 30550); <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации

¹ Для образовательных организаций, реализующих ФГОС СОО в пилотном режиме

² Для 7-9 и 10-11 классов, обучающихся по БУП-2004

³ Для 7-9 и 10-11 классов, обучающихся по БУП-2004

от 30.08.2013 г. № 1015 (ред. от 28.05.2014 г.) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013 г. № 30067); <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2009 г. №729 (ред. от 16.01.2012 г.) «Об утверждении перечня организаций, осуществляющих издание учебных пособий, которые допускаются к использованию в образовательном процессе в имеющих государственную аккредитацию и реализующих образовательные программы общего образования образовательных учреждениях» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 15.01.2010 г. № 15987); <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 г. № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373»

13. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897» (Зарегистрирован в Минюсте России 02.02.2016 № 40937)

14. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 № 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413» (Зарегистрирован в Минюсте России 09.02.2016 № 41020)

15. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 26 января 2016 г. №38 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 г. № 253»

16. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (ред. от 25.12.2013 г.) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 г. № 19993), (в ред. Изменений № 1, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.06.2011 № 85, Изменений № 2, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 25.12.2013 г. № 72, Изменений № 3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 г. № 81); <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

17. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 г. №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 г. № 38528); <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

18. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»; <http://www.consultant.ru/>; http://www.garant.ru

19. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.05.2012 № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья».

20. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.10.2010 № ИК-1494/19 «О введении третьего часа физической культуры»

21. Методические рекомендации по механизмам учета результатов выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура» (Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 02.12.2015 г. № 08-1447)

22. Методические рекомендации по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом в общеобразовательных организациях Российской Федерации (Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования от 27.11.2015 г. № 08-2228)

23. Примерная основная образовательная программа начального общего образования; <http://fgosreestr.ru/reestr>

24. Примерная основная образовательная программа основного общего образования; <http://fgosreestr.ru/reestr>

Документы регионального уровня:

1. Закон Калининградской области «Об образовании в Калининградской области» (в редакции Законов Калининградской области от 15.07.2014 г. № 334; от 06.11.2014 г. № 355); от 13.03.2015 № 395; от 21.10.2015 № 459; от 21.10.2015 № 462) от 25.11.2015 № 473; от 23.12.2015 № 505) (принят Калининградской областной Думой пятого созыва 20 июня 2013 года); <http://pravo.gov.ru/>

III. Учебно-методическое обеспечение предмета «Физическая культура»

В 2016-2017 учебном году действует федеральный перечень учебников, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» с учетом изменений.

В соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.01.2016 г. №38 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. № 253» исключены из федерального перечня учебники по физической культуре для 1-4 классов авторов Тарнопольской Р.И. и Мишина Б.И. (Издательство «Ассоциация XXI век»): 1.1.7.1.8.1, 1.1.7.1.8.2, 1.1.7.1.8.3, 1.1.7.1.8.4. Однако, организации, осуществляющие образовательную деятельность по основным образовательным программам, вправе в течение пяти лет использовать в образовательной деятельности исключенные из федерального перечня учебники, приобретенные до вступления в силу выше указанного приказа.

Действующий федеральный перечень учебников включает три части:

1. Учебники, рекомендуемые к использованию при реализации обязательной части основной образовательной программы.

2. Учебники, рекомендуемые к использованию при реализации части основной образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений.

3. Учебники, обеспечивающие учет региональных и этнокультурных особенностей субъектов Российской Федерации, реализацию прав граждан на получение образования на родном языке из числа языков народов Российской Федерации, изучение родного языка из числа языков народов Российской Федерации и литературы народов России на родном языке.

В федеральный перечень включены учебники, отвечающие следующим требованиям:

а) принадлежащие к завершенной предметной линии учебников, представляющей собой совокупность учебников, обеспечивающей преемственность изучения учебного предмета или предметной области на соответствующем уровне общего образования;

б) представленные в печатной и электронной форме (наличие электронного приложения, представляющего собой структурированную совокупность электронных образовательных ресурсов, предназначенных для применения в образовательной деятельности совместно с учебником обязательно до 1 января 2015 года);

в) имеющие методическое пособие для учителя, содержащее материалы по методике преподавания, изучения учебного предмета (его раздела, части) или воспитания.

В Приложении 1 к Методическим рекомендациям представлены учебники по предмету «Физическая культура», допущенные к использованию в образовательных организациях.

С 1 сентября 2015 года все учебники, входящие в Федеральный перечень учебников, должны иметь электронную версию⁴. Электронная форма учебника соответствует печатной форме по структуре, содержанию, художественному оформлению и содержит педагогически целесообразное количество мультимедийных элементов для усвоения материала учебника (галерея изображений, аудио фрагменты видеоролики, презентации, анимационные ролики, интерактивные карты, тренажеры, лабораторные работы, эксперименты и др.), средства контроля или самоконтроля. Использование электронных форм учебников (учебных изданий) для учителя физической культуры является нетрадиционной формой организации образовательной деятельности однако это обусловлено следующими преимуществами: обеспечивает быстрый поиск нужной информации по запросу; позволяет создавать индивидуальные траектории освоения информации, представленной в виде гипертекста; способствует концентрации внимания учащихся на изучаемом материале с помощью мультимедийных функций; предоставляет возможность организовать интерактивное моделирование, в том числе создание объемных моделей и проведение виртуальных экспериментов; помогает учащимся провести самопроверку и самооценку уровня достижения планируемых результатов, в том числе в игровой форме.

Сравнительный анализ учебно-методических комплектов (далее – УМК) по физической культуре, рекомендованных к использованию в 2016-2017 учебном году и имеющих электронные версии учебников представлен в Приложении 2 к Методическим рекомендациям. Более подробная информация о современных УМК по физической культуре (с аннотациями и справочным материалом) размещена на сайтах:

- <http://www.mon.gov.ru> (официальный сайт Минобрнауки России);
- <http://fsu.edu.ru> (официальный сайт Федерального совета по учебникам);
- <http://www.vgf.ru> (издательство «Вентана-Граф»);

⁴ Приказы Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 5 сентября 2013 г. N 1047 «Об утверждении Порядка формирования федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»; от 18 июля 2016 года № 870 «Об утверждении Порядка формирования федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

- <http://www.drofa.ru> (издательство «Дрофа»);
- <http://www.russkoe-slovo.ru> (издательство «Русское слово»)
- <http://www.prosv.ru> (издательство «Просвещение»).

В целях внедрения современных систем физического воспитания в образовательные организации, расширения диапазона образовательных услуг для обучающихся в сфере физической культуры и спорта, совершенствования преподавания предмета «Физическая культура» Министерством образования и науки Российской Федерации рекомендовано использование следующих учебно-методических материалов, одобренных на заседании Экспертного совета⁵:

1. Модульная программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе фигурного катания.
2. Модульная программа по физической культуре для 1-4 классов общеобразовательных организаций на основе мини-настольного тенниса.
3. Методическое пособие «Новые формы работы с детьми (7-12 лет) по легкой атлетике».
4. Программа «Интегративный курс физического воспитания для обучающихся основного общего образования на основе футбола».
5. Образовательная программа на базе гимнастики «Основы физического воспитания в дошкольном детстве».

Электронная версия данных учебно-методических материалов размещена на сайтах: Калининградского областного института развития образования (<https://www.koiro.edu.ru/>) (далее – Институт) в разделе «Методическая копилка по физической культуре» и Федерального центра организационно-методического обеспечения физического воспитания (ФЦОМОФВ.РФ) в разделе «Деятельность центра».

IV. Особенности преподавания предмета «Физическая культура»

1. Реализация федерального компонента государственного образовательного стандарта общего образования (БУП-2004) по предмету «Физическая культура»

На основе федерального компонента государственного стандарта общего образования разрабатывается федеральный базисный учебный план, который является основой для разработки региональных учебных планов и учебных планов образовательных организаций⁶. С целью увеличения двигательной активности и развития физических качеств обучающихся, внедрения современных систем физического воспитания в федеральный базисный учебный план внесены изменения и введен третий час учебного предмета «Физическая культура»⁷.

Региональный базисный учебный план для общеобразовательных организаций, реализующих общеобразовательные программы основного общего и среднего общего образования в 2016-2017 учебном году является основой для формирования основных общеобразовательных программ в образовательных организациях, реализующих программы основного общего и среднего общего образования, расположенных на территории Калининградской области и одним из оснований финансирования образовательной организации. В региональном базисном учебном плане определено количество учебных часов на изучение учебных предметов федерального компонента государственного стандарта общего образования, даны рекомендации по использованию

⁵ Письмо Минобрнауки России от 20.07.2015 № 09-01774 «О направлении учебно-методических материалов»

⁶ Приказ Минобрнауки России от 09.03.2004 № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»

⁷ Письмо Минобрнауки России от 08.10.2010 № ИК-1494/19 «О введении третьего часа физической культуры»

часов регионального компонента.

На уровне основного общего образования на обязательное изучение программы по физической культуре в 7-9 классах отводится 312 часов в год из расчета 3 часа в неделю, в том числе в 7-8 классах по 105 часов в год, в 9 классе 102 часа (см. таблицу 1).

Таблица 1

Предмет «Физическая культура» в региональном базисном учебном плане
основного общего образования на 2016-2017 учебный год

Учебные предметы	Количество часов в год			Всего
	VII	VIII	IX	
Федеральный компонент				
Физическая культура	105	105	102	312
Итого по всем предметам	1015	1085	1020	3120
Региональный компонент (6 дневная неделя)	105	105	102	312
Компонент ОО (6-дневная неделя)	105	70	102	277
Региональный компонент (5 дневная неделя)	35	35	68	138
Компонент ОО (5 -дневная неделя)	70	35	34	139

Базисный учебный план Калининградской области не распространяется на 7 классы, участвующие в апробации федерального государственного образовательного стандарта на уровне основного общего образования в общеобразовательных организациях Калининградской области в 2016-2017 учебном году.

Базисным учебным планом в IX классах в рамках предпрофильной подготовки могут вводиться элективные курсы (курсы по выбору). Выбор тематики элективных курсов зависит от интересов обучающихся, спортивной ориентации учителя и спортивных традиций образовательной организации.

На изучение предмета «Физическая культура» в X - XI классах на базовом уровне отводится по 3 часа в неделю в каждом классе с общим количеством 207 часов за два года обучения. На профильном уровне средней (полной) общеобразовательной школы содержание предмета «Физическая культура» ориентирует обучающихся на более полную и качественную подготовку к соревновательной деятельности, поступлению в профессиональные образовательные организации, в которых требуется высокий уровень физической подготовленности. С этой целью на изучение предмета отводится 276 часов в течение двух лет обучения (см. таблицу 2).

Таблица 2

Предмет «Физическая культура» в региональном базисном учебном плане
среднего общего образования на 2016-2017 учебный год

Федеральный компонент		
Обязательные учебные предметы на базовом уровне		
Учебные предметы	Количество часов за 2 года обучения	
	Базовый уровень	
Физическая культура	210 (3/3)	
Учебные предметы по выбору на базовом или профильном уровнях		
Учебные предметы	Количество часов за 2 года обучения	
	Базовый уровень	Профильный уровень
Физическая культура	-	280 (4/4)

Всего по всем предметам	На более 2100 (30/30)
Региональный компонент	
Всего	140 (2/2)
Компонент образовательной организации	
Всего	280 (4/4)
Предельно допустимая нагрузка при 6-дневной неделе	2553(37/37)
Предельно допустимая нагрузка при 5-дневной неделе	2346 (34/34)

Базисный учебный план Калининградской области не распространяется на 10, 11 классы, участвующие в апробации федерального государственного образовательного стандарта на уровне среднего общего образования в общеобразовательных организациях Калининградской области в 2016-2017 учебном году.

При формировании учебного плана на уровне общеобразовательной организации следует учитывать, что подготовка обучающихся к освоению и сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) является одним из приоритетных направлений развития государственной и региональной образовательной политики.

2. Освоение федерального государственного образовательного стандарта основного и среднего общего образования на предмете «Физическая культура»

Отличительной особенностью федеральных государственных образовательных стандартов (далее – ФГОС) является установление новых требований к результатам обучающихся: личностные, метапредметные и предметные образовательные результаты, которые формируются путем освоения содержания образования по предмету «Физическая культура». При этом сохраняется общее количество часов на освоение программы (таблица 3). Важнейшей составляющей ФГОС является и система оценивания достижений обучающихся.

Таблица 3

Распределение часов на освоение учебного предмета
«Физическая культура»

Классы	5	6	7	8	9	10	11
Количество часов в неделю	3	3	3	3	3	3	3 (4) ⁸

Результатами освоения программного материала по предмету «Физическая культура» имеют свою специфику. *Личностные результаты* отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению 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 знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса

⁸ Количество часов в неделю на профильном уровне

(умение учиться), так и в реальной повседневной жизни обучающихся. *Предметные результаты* характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Требования к результатам 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 обучающимися 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 в качестве мотивации для дальнейшего изучения данного предмета. Невыполнение обучающимися заданий, с помощью которых ведется оценка достижения планируемых результатов данного блока, не является препятствием для перехода на следующую ступень обучения. 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. В связи с этим желательно 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 (в виде письменной итоговой работы, в форме защиты индивидуального проекта и т.д.). Необходимо учитывать, что оценка успешности освоения содержания отдельных учебных предметов проводится на основе системно-деятельностного подхода (то есть проверяется способность обучающихся к выполнению учебно-практических и учебно-познавательных задач).

Для полной реализации содержания учебной программы по физической культуре необходимо постоянно укреплять материально-техническую и учебно-спортивную базу, создавать внутришкольные зоны рекреации и пришкольные комплексные спортивные площадки, регулярно проводить спортивные соревнования и показательные выступления для каждой возрастной группы обучающихся. По окончании курса «Физическая культура» проводится аттестация учащихся, содержание которой включает учебные задания, разрабатываемые в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования и учебной программы.

3. Рекомендации по разработке рабочих программ по предмету «Физическая культура»

Обязательным компонентом основной образовательной программы являются рабочие программы учебных предметов, курсов и курсов внеурочной деятельности (далее – рабочие программы). Рабочие программы по физической культуре должны обеспечивать

достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы определенного уровня общего образования. Рабочие программы разрабатываются учителем или группой учителей физической культуры образовательной организацией в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами общего образования с учетом примерной основной образовательной программы (примерных рабочих программ учебных предметов) и изменений в структуре рабочих программ⁹. Педагоги имеют право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения, и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, а также право на участие в разработке образовательных программ, в том числе рабочих программ учебных предметов (пункт 3 части 3 статьи 47 Федерального закона № 273-ФЗ). Локальным нормативным актом общеобразовательной организации определяется.

После вступления в силу соответствующих изменений во ФГОС структура рабочих программ изменилась и теперь содержит следующие элементы:

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

В разделе *«Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса»* описываются достижения обучающихся по предмету «Физическая культура» на конец года: достижения личностных результатов; достижение метапредметных результатов; достижение предметных результатов.

Результаты представляются двумя блоками *«У обучающегося будут сформированы»* (*«У выпускника будут сформированы»*) и *«Обучающийся получит возможность для формирования»* (*«Выпускник получит возможность для формирования»*).

Раздел *«Содержание учебного предмета, курса»* включает следующий перечень:

- 1) наименование разделов учебной программы и характеристика основных содержательных линий;
- 2) перечень лабораторных и практических работ, экскурсий;
- 3) направления проектной деятельности обучающихся;
- 4) использование резерва учебного времени с аргументацией.

При определении содержания рабочих программ используются положения основной образовательной программы образовательной организации, примерной основной образовательной программы, материалы примерных программ по учебным предметам, курсам, а также авторские программы учебных предметов. Проектирование содержания (порядок изучения разделов и тем) учебного предмета, количество часов на изучение каждой темы осуществляется в соответствии с ФГОС с учётом используемого УМК, особенностей образовательной организации и специфики обучающихся классов. Образовательная организация может включать элементы содержания, отражающие региональные экологические, этнокультурные и другие особенности Калининградской области или муниципального образования.

Раздел *«Тематическое планирование по учебному предмету, курсу»* разрабатывается для классов определенного уровня общего образования отдельно и четко в соответствии с тем учебником, по которому осуществляется обучение. Тематическое

⁹ Приказы Минобрнауки России от 31.12.2015 г. № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373», № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897» и № 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 мая 2012 г. № 413»

планирование состоит из двух обязательных блоков: «Содержание учебного предмета, курса (Тема (раздел) (количество часов)» и «Основные виды учебной деятельности обучающихся». В блоке «Содержание учебного предмета, курса (Тема (раздел) (количество часов)» раскрывается содержание крупных тем. Включение блока «Основные виды учебной деятельности обучающихся» позволяет отразить специфику ФГОС (системно-деятельностный подход в организации учебной деятельности обучающихся). Тематическое планирование может быть разработано по форме, представленной в таблице 4.

Таблица 4

Содержание учебного предмета	Основные виды учебной деятельности обучающихся
<i>Тема раздела (количество часов)</i>	

В настоящее время примерные основные образовательные программы начального и основного общего образования, одобренные федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 года № 1), входят в специальный государственный реестр примерных основных образовательных программ. Познакомиться с полной версией утверждённых примерных основных образовательных программ начального общего образования и основного общего образования можно на сайте Реестра примерных основных общеобразовательных программ (<http://fgosreestr.ru>). Проект примерной основной образовательной программы среднего общего образования прошел общественного обсуждения и находится на этапе завершающей разработки.

4. Рекомендации по преподаванию учебного предмета «Физическая культура» для обучающихся по адаптированной образовательной программе

В соответствии Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»¹⁰ «... содержание образования и условия организации обучения и воспитания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида». В связи с этим, для получения общего образования детьми с ОВЗ в общеобразовательных организациях разрабатываются соответствующие адаптированные основные общеобразовательные программы (отдельными документами) с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей.

Содержание образования детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе детей-инвалидов, в рамках реализации федеральных государственных образовательных стандартов общего образования (ФГОС ОО) отражается в рабочих программах учебных предметов, курсов.

Рабочие программы учебных предметов, курсов содержат разделы¹¹:

- планируемые результаты освоения учебного предмета, курса;
- содержание учебного предмета, курса;

¹⁰ ч. 1 ст. 79 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ

¹¹ Приказы Минобрнауки России от 31.12.2015 г. № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373», № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897» и № 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 мая 2012 г. № 413»

- тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Соответственно при определении структуры и содержания рабочих программ учебных предметов, курсов разработчиками используются положения:

- 1) ФГОС ОО (в соответствии с уровнем образования);
- 2) примерной основной образовательной программы общего образования образовательной организации (в соответствии с уровнем образования);
- 3) примерных программ по учебным предметам, курсам, а также авторские программы учебных предметов, курсов;
- 4) локальных нормативных документов образовательной организации, регламентирующих порядок разработки рабочих программ учебных предметов, курсов, а также порядок внесения изменений и их корректировки.

Необходимо обратить внимание на изменения в ФГОС основного и среднего общего образования, включающие требования к содержанию адаптированных основных общеобразовательных программ для обучающихся с ОВЗ. В частности, определены предметные результаты изучения предметной области «Физическая культура» для слепых и слабовидящих обучающихся, а также для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата¹².

В качестве дополнительных материалов разработчикам программ учебных предметов возможно использовать материалы примерных адаптированных основных общеобразовательных программ начального общего образования (<http://fgosreestr.ru/>) и положения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ФГОС НОО ОВЗ).

ФГОС НОО ОВЗ применяется с 01 сентября 2016 года, однако обучение лиц, зачисленных до 1 сентября 2016 года, осуществляется по адаптированным образовательным программам до завершения ими обучения¹³. Переход на ФГОС НОО ОВЗ будет совершаться плавно, с учетом готовности образовательных организаций, в том числе наличия материальных и кадровых условий.

6. Рекомендации по организации занятий физической культурой с обучающимися специальных медицинских групп

В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся общеобразовательных организаций в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: основную, подготовительную и специальную медицинскую. В свою очередь специальная медицинская группа разделяется на группу «А» - обучающиеся, имеющие отклонения в состоянии здоровья обратимого характера, ослабленные различными заболеваниями и группу «Б» - обучающиеся, имеющие тяжёлые, необратимые изменения в деятельности органов и систем. Занятия во всех группах отличаются учебными программами, объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала.

Занятия с обучающимися специальной медицинской группы «А» проводятся в общеобразовательных организациях в соответствии с образовательными программами по

¹² Приказы Минобрнауки России от 31.12.2015 года № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897»; № 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 мая 2012 г. № 413»

¹³ Приказ Минобрнауки от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

предмету «Физическая культура» для обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья, с обучающимися специальной медицинской группы «Б» проводятся в медицинском учреждении (детская поликлиника, врачебно-физкультурный диспансер и др.).

Комплектование медицинских групп проводится медицинским работником образовательной организации. Рекомендуется провести комплектование медицинских групп не позднее 1 сентября. Списки обучающихся, отнесенных к разным медицинским группам, утверждаются локальным актом общеобразовательной организации. Медицинская группа каждого обучающегося вносится в «Листок здоровья» классного журнала, второй экземпляр «Листка здоровья» с указанием характера заболевания передается учителю физической культуры.

Практика показывает, что наиболее целесообразно комплектовать медицинские группы по классам (I-II, III-IV, V-VIII, IX-XI). При недостаточном количестве обучающихся можно объединять учеников трех-четырех классов (I-IV, V-VIII, IX-XI). Наполняемость специальной медицинской группы «А» может составлять 15-20 детей. Возможно формирование групп по типу отклонений в состоянии здоровья: нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата.

При проведении занятий физической культурой преподавателю необходимо обращать особое внимание и проявлять повышенную осторожность при использовании физических упражнений, потенциально опасных и вредных для здоровья детей (Приложение 3 к Методическим рекомендациям). При наличии заболевания следует строго дозировать физическую нагрузку и исключить физические упражнения, противопоказанные к их выполнению по состоянию здоровья (Приложение 4 к Методическим рекомендациям)¹⁴.

Важной стороной учебно-воспитательного процесса обучающихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, является учет и оценка их успеваемости. При оценивании и итоговой аттестации рекомендуется руководствоваться требованиями образовательных программ по физической культуре для обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе «А», допущенных или рекомендованных федеральными, или региональными органами исполнительной власти, осуществляющими управление в сфере образования и здравоохранения.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре обучающихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, устанавливается на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических показателях, которые отмечают учителем и сообщаются обучающемуся и родителям (законным представителям), выставляется положительная отметка.

V. Организация и содержание внеурочной деятельности по предмету «Физическая культура»

В федеральном государственном образовательном стандарте общего образования (ФГОС ОО) исключительное внимание уделяется организации внеурочной деятельности школьников, которая становится неотъемлемой частью образовательного процесса, важной составной частью воспитания и социализации.

В практике реализации ФГОС ОО предусмотрен организационный механизм осуществления внеурочной деятельности – план внеурочной деятельности, входящий в состав основных образовательных программ начального общего образования (НОО) и основного общего образования (ООО).

Внеурочная деятельность по предмету «Физическая культура» организуется по

¹⁴ Письмо Минобрнауки России от 30.05.2012 г. «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья»

спортивно-оздоровительному направлению в формах кружков, секций, олимпиад, соревнований и др. Следует подчеркнуть, что формы внеурочной деятельности являются различными на ступени начального и ступени основного общего образования¹⁵. Так, для обучающихся 1–4 классов рекомендуемыми формами выступают школьные спортивные 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 (игры), внутри школьные соревнования по различным видам спорта, проведение соревнований по ОФП и другие формы отличные от урочной.

Организация, осуществляющая образовательную деятельность, самостоятельно разрабатывает и утверждает план внеурочной деятельности. План внеурочной деятельности определяет состав и структуру направлений, формы организации, объем внеурочной деятельности с учетом интересов обучающихся и возможностей организации, осуществляющей образовательную деятельность.

При проектировании рабочих программ курсов внеурочной деятельности следует руководствоваться изменениями во ФГОС ОО¹⁶. Рабочие программы курсов внеурочной деятельности также включают три раздела: результаты освоения курсов внеурочной деятельности; содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности; тематическое планирование.

Порядок разработки рабочих программ курсов внеурочной деятельности, внесение изменений и их корректировка определяются локальным нормативным актом общеобразовательной организации. При этом обращается внимание на гигиенические требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся. Так максимально допустимый недельных объем нагрузки внеурочной деятельности для обучающихся 1-11 классов, независимо от продолжительности учебной недели, составляет не более 10 часов. Также отмечается, что часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни и использованы для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий. Допускает перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.¹⁷

VI. Работа с одарёнными детьми в рамках преподавания предмета «Физическая культура»

В работе с одарёнными детьми в рамках преподавания физической культуры необходимо обратить внимание на следующие моменты: большинству одаренных детей

¹⁵ Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ (Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 14 декабря 2015 г. № 09-3564)

¹⁶ Приказы Минобрнауки от 31.12.2015 г. № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373», № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897» и № 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 мая 2012 г. № 413»

¹⁷ СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях» в редакции 24.11.2015 года

присущи особые черты, отличающие их от сверстников, отмечается высокая активность углубленного освоения одного или нескольких видов спорта, 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.

Важнейшими задачами учителя являются:

- создание условий для обучающихся, способствующих реализации способностей;
- выявление одаренных обучающихся по предмету;
- своевременное направление способностей ребенка в нужное русло.

Для реализации задач необходимо сформировать систему мероприятий, направленных на выявление талантливых детей. В числе мероприятий могут быть: физкультурно-оздоровительные и спортивно – массовые мероприятия в блоке внеурочной деятельности; объединения обучающихся по интересам (секции, кружки, советы, клубы); конференции, фестивали, конкурсы различных уровней; предметная олимпиада по физической культуре.

Формами реализации обучающимися своих способностей являются: участие в объединениях по интересам (занятия в секциях по видам спорта, школьных спортивных клубах и др.); совместная работа при подготовке научно-исследовательских и творческих проектов для участия в конференциях, фестивалях, конкурсах различных уровней; участие в социально-значимых мероприятиях (Всероссийские спортивные соревнования (игры) школьников «Президентские игры», «Президентские спортивные состязания», фестивали Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне» и др.); участие предметной олимпиаде по физической культуре; спортивная специализация в организациях дополнительного образования детей (занятия в детско-юношеских центрах, детско-юношеских спортивных школах).

Цель учителя состоит в том, чтобы создать такую ситуацию, которая максимально нагружала бы ведущую способность каждого ребенка – в данном случае его спортивную активность или создавать образовательную среду для развития уже проявившихся способностей, условий для раскрытия его потенциала, на удовлетворение потребностей данного обучающегося.

Система развития одаренности ребенка должна быть тщательно выстроена, строго индивидуализирована и ее реализация должна приходиться на достаточно благоприятный возрастной период.

VII. Предмет «Физическая культура» и Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Одним из нововведений в преподавании предмета «Физическая культура» является внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Комплекс ГТО).

В соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами общего образования (далее – ФГОС) предметные результаты учебного предмета «Физическая культура» должны отражать умение выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений с учётом индивидуальных способностей и особенностей, состояния здоровья и режима учебной деятельности, использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга (в том числе при подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее - Комплекс ГТО).

Аналогичные требования содержит федеральный компонент государственного стандарта общего образования¹⁸.

Примерными основными образовательными программами начального общего и основного общего образования, разработанными в соответствии с ФГОС, также предусмотрено выполнение тестовых нормативов по физической подготовке на уровне начального общего образования и возможность выполнения тестовых нормативов Комплекса ГТО на уровне основного общего образования.

В настоящее время разработан механизм учета результатов выполнения нормативов Комплекса ГТО при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура»¹⁹.

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 актами²⁰. Основные функции текущего контроля - обучающая и стимулирующая. В ходе текущего контроля результатов освоения программы учебного предмета «Физическая культура» отслеживается динамика изменения уровня физической подготовки обучающихся.

Решение об индивидуальном учете результатов выполнения нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура» принимается общеобразовательной организацией самостоятельно и закрепляется локальным актом.

Результаты выполнения нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО обучающимися образовательных организаций могут быть преемственными к результатам освоения программы учебного предмета «Физическая культура» путем интеграции в нее элементов Комплекса ГТО.

Вопросы состояния здоровья обучающихся как при подготовке и проведении промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура», так и при интеграции в нее элементов Комплекса ГТО, необходимо рассматривать как ключевые. Для обучающихся, сдающих нормативы испытаний (тесты) Комплекса ГТО, необходим обязательный и достоверный учет их состояния здоровья, групп здоровья, к которым они отнесены в соответствии с заключением медицинской организации.

С целью совершенствования физического воспитания обучающихся общеобразовательных организаций, имеющих проблемы в состоянии здоровья, их приобщения к регулярным занятиям физической культурой с учетом физиологических особенностей их развития, Минобрнауки России рекомендует осуществлять дифференцированный подход к учету достижений обучающихся на уроках физической культуры²¹.

По завершении подготовки и перед сдачей нормативов испытаний (тестов) осуществляется тематический контроль, позволяющий оценить результаты подготовленности обучающихся к сдаче нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО.

¹⁸ Приказ Минобрнауки России от 5 марта 2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»

¹⁹ Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Минобрнауки России от 02 декабря 2015 г. № 08-1447 «О направлении методических рекомендаций»

²⁰ Статья 28 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

²¹ Письмо Минобрнауки России от 31 октября 2003 г. № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой», письмо Минобрнауки России от 30 мая 2012 г. № МД-583/19 «Об особенностях медико-педагогического контроля за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья»

Таким образом, выполнение нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО на золотой, серебряный и бронзовый знаки отличия являются качественным показателем решения поставленной перед обучающимся задачи в соответствии с ФГОС и может соответствовать оценке «отлично».

Однако, требование обязательности сдачи нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО всеми обучающимися, осваивающими образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, законодательством в сфере образования не установлено, в связи с чем невыполнение нормативов Комплекса ГТО не может являться основанием для неудовлетворительной отметки в ходе текущей, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура»²².

VIII Профилактика травматизма на занятиях физической культурой и спортом в общеобразовательных организациях

Профилактика детского травматизма и несчастных случаев с обучающимися - одна из задач, стоящих перед педагогическими работниками при осуществлении образовательной деятельности.

Мероприятия по профилактике детского травматизма в образовательных организациях должны носить комплексный характер и быть направлены на предупреждение и устранение факторов риска с учётом особенностей психофизиологического развития детей разного возраста и состояния их здоровья.

К основным причинам травматизма во время занятий физической культурой и спортом относятся: организационные недостатки при проведении занятий, в том числе ошибки в методике проведения занятий, связанные с нарушением дидактических принципов обучения, отсутствием индивидуального подхода, недостаточным учётом состояния здоровья, половых и возрастных особенностей, физической и технической подготовленности обучающихся, несоответствие выбора средств обучения целям и задачам обучения, в т.ч. пренебрежительное отношение педагога к подготовительной части урока или занятия, неправильное обучение технике выполнения физических упражнений, отсутствие страховки или неправильное ее применение; несоответствие спортивной материально-технической базы общеобразовательной организации, в том числе мест проведения занятий в зоне рекреации, естественных природных ландшафтов и других мест, требованиям СанПиН, правилам безопасности и видов спорта; нарушение педагогом и (или) обучающимися требований инструкций и правил безопасности нахождения в образовательной организации; нарушение правил медицинского (врачебного) контроля в образовательных организациях; недостатки в организации административно-общественного контроля за соблюдением порядка расследования и учёта несчастных случаев в образовательной организации. Причинами травм и несчастных случаев могут стать также предоставление недостоверной информации со стороны родителей (законных представителей) о состоянии здоровья детей.

Важным документом, регулирующим деятельность образовательной организации, являются правила поведения (внутреннего трудового распорядка) для обучающихся и работников, которые разрабатываются с учётом мнения представителей всех участников образовательных отношений.

Безопасность пребывания обучающихся в образовательной организации зависит от слаженности и четкости работы всех подразделений и служб, выполнения педагогическими работниками и обслуживающим персоналом требований, действующих в образовательной организации, что должно быть зафиксировано в должностных обязанностях работников организации.

²² Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования от 02 декабря 2015 г. № 08-1447 «О направлении методических рекомендаций»

Немаловажна работа с родителями по профилактике детского травматизма и несчастных случаев на занятиях физической культуры и спорта. Цель профилактической работы с родителями - объяснение рисков и возможности возникновения проблемных ситуаций, угрожающих здоровью и безопасности детей, повышение уровня информированности родителей по данной проблеме, обозначение правил, с которыми необходимо ознакомить ребенка в семье, организация совместных действий педагогов и родителей, повышающих эффективность принимаемых мер. Основное направление работы – информационное. Формы организации работы с родителями образовательная организация определяет самостоятельно²³.

IX. Профессиональный рост учителя физической культуры

1. Профессиональные конкурсы

Всероссийская акция «Спорт – альтернатива пагубным привычкам» (http://xn--blatfbladk.xn--plai/activities/konkurs_akcii/sport_alternativa/).

Целью Всероссийской акции является выявление лучших образовательных организаций (учреждений) в организации социально-педагогической деятельности по профилактике пагубных привычек.

Открытый публичный Всероссийский конкурс на лучшую общеобразовательную организацию, развивающую физическую культуру и спорт, «Олимпиада начинается в школе» (http://xn--blatfbladk.xn--plai/activities/konkurs_akcii/olimpiada/).

Конкурс проводится с целью активизации деятельности общеобразовательных организаций по развитию физической культуры и спорта, а также осуществления культурно-просветительской и образовательной деятельности по пропаганде и внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Открытый публичный Всероссийский смотр- конкурс на лучшую постановку физкультурной работы и развитие массового спорта среди школьных спортивных клубов http://xn--blatfbladk.xn--plai/activities/konkurs_akcii/schsk/.

Основной целью конкурса является поддержка и развитие массового спорта среди школьных спортивных клубов (ШСК), привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, развитие традиционных и наиболее популярных видов спорта, формирование здорового образа жизни.

Областной конкурс профессионального мастерства «Учитель года» <https://www.koiro.edu.ru/activities/meropriyatiya/konkursy-i-olimpiady/konkursy/uchitel-goda/>

Проводится в целях выявления и распространения опыта инновационной педагогической деятельности, поддержки и поощрения творчески работающих педагогов, а также повышения престижа педагогической профессии.

Областной конкурс молодых педагогов <https://www.koiro.edu.ru/activities/meropriyatiya/konkursy-i-olimpiady/konkursy/oblastnoy-konkurs-molodykh-pedagogov/>

Проводится в целях выявления и поддержки молодых педагогов, повышения престижа педагогической профессии, а также социального статуса работников

²³ Методические рекомендации по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом в общеобразовательных организациях Российской Федерации (Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования от 27.11.2015 г. № 08-2228)

образования.

2. Повышение квалификации учителей физкультуры

В целях содействия профессиональному развитию педагогических работников сферы физической культуры Калининградским областным институтом развития образования (далее – Институт) реализуется дополнительные профессиональные программы повышения квалификации «Совершенствование методики преподавания предмета «Физическая культура» (в объеме 36 учебных часов).

Введение комплекса ГТО в образовательные организации требует соответствующей подготовки специалистов, в том числе педагогических кадров сферы физической культуры и спорта, в связи с чем Институтом разработана дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Методические аспекты подготовки обучающихся к выполнению нормативов «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (в объеме 36 учебных часов).

Данные программы разработаны с учетом требований профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель) и направлены на совершенствование профессиональных компетенций педагогов в области физического воспитания при организации педагогической деятельности по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях начального общего, основного общего, среднего общего образовании.

В рамках информационно-методической поддержки образовательных организаций на сайте Института (www.koiro.edu.ru) разработан раздел «Методическая копилка»²⁴, содержащий нормативные и методические материалы по организации физического воспитания в образовательных организациях, а также раздел «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), обеспечивающий сопровождение проекта в общеобразовательных организациях.

В целях качественной организации повышения квалификации педагогических работников необходима активизация работы с методическими объединениями учителей физической культуры в муниципальных образованиях для дальнейшего формирования базы опытных практиков и передовых образовательных площадок, успешно реализующих деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Х. Дополнительные источники информации для учителя физической культуры

1. Список литературы

1. Байбородова, Л. В. Внеурочная деятельность школьников в разновозрастных группах / Л. В. Байбородова. – М. : Просвещение, 2014. – 177 с.
2. Байбородова, Л. В. Внеурочная деятельность школьников в разновозрастных группах / Л. В. Байбородова. - М. : Просвещение, 2014. -177 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. Григорьев, Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. - М. : Просвещение, 2014. - 224 с. Как разработать программу внеурочной деятельности и дополнительного образования : методическое пособие / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова. - Москва : Русское

²⁴ См. раздел «Кафедры и центры», далее «Кафедра педагогики и психологии», «Методическая копилка», «Физическая культура»

слово, 2015. -296 с.

5. Григорьев, Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – М. : Просвещение, 2014. – 224 с. Внеурочная деятельность. Примерный план внеурочной деятельности в основной школе : пособие для учителей общеобразоват. организаций / П. В. Степанов, Д. В. Григорьев. – М. : Просвещение, 2014. – 127 с.

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

8. Копотева, Г.Л., Логвинова, И.М. Проектируем урок, формирующий универсальные учебные действия / Г.Л. Копотева, И.М. Логвинова. – Изд. 2-е. – Волгоград : Учитель, 2015. – 99 с.

9. 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.

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

11. Кузнецов, В.С., Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО. – М. : Просвещение, 2016. – 128 с.

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

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

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

15. Махов, И.И., Махова, В.И. Туризм на уроках физической культуры (для 5 – 8 классов) – Белгород: ИПК НИУ «БелГУ», 2012. – 104 с.

16. Моделируем внеурочную деятельность обучающихся. Методические рекомендации: пособие для учителей общеобразовательных организаций / авторы-составители: 10. Ю. Баранова, А. В. Кисляков, М. И. Солодкова и др. - М : Просвещение, 2013. - 96 с. Организация внеурочной деятельности младших школьников : сборник программ / авт.-сост. С. К. Тивикова. - Москва : Русское слово, 2013. - 126 с.

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

18. Патрикеев, А.Ю. Формирование личностных и регулятивных умений на уроках физической культуры. 1-11 классы / А.Ю. Патрикеев. – Волгоград : Учитель : ИП Гринин Л. Е., 2015. – 237 с.

19. Погодаев, Г.И. Готовимся к выполнению нормативов ГТО. 1-11 кл. : учебно-методическое пособие / Г.И. Погодаев. – М. : Дрофа, 2016. – 191, [1] с. : ил.

20. Программа по физической культуре учащихся I-IV классов общеобразовательных учреждений, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе/ автор-составитель Л.Н. Коданева. - М.: «Радио-Софт», 2011. -148с.

21. 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.

22. 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.

23. Справочник учителя физической культуры / сост. Н.М. Вилкова. – Волгоград : Учитель, 2016. – 118 с.

2. Интернет-ресурсы

- <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm> Сайт журнала "Теория и практика физической культуры"
- <http://www.fismag.ru/pub.php>. Сайт журнала «Физическая культура и спорт»
- <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>. Сайт журнала «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»
- <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/>. Сайт научно-методического журнала «Физическая культура»
- <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/Index.htm>. Сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры»
- http://www.twirpx.com/files/physical_training/training/, <http://www.twirpx.com/file/14469/>. Сайт журнала «Теория и методика физического воспитания»
- <http://spo.1september.ru/urok/index.php?SubjectID=240250>. Сайт «Я иду на урок физической культуры»
- <http://www.1september.ru/infor/php/3267>. 1SEPTEMBER.Ru: издательский портал «Первое сентября».
- <http://festival.1september.ru/> Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
- <https://gto.ru/> Официальный сайт Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
- <http://www.schoolpress.ru/> Сайт научно-методического журнала «Физическая культура в школе»

**Федеральный перечень учебников,
рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию основных образовательных
программ начального общего, основного общего, среднего общего образования
(Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. № 253 (в извлечении))**

1. Учебники, рекомендуемые к использованию при реализации обязательной части основной образовательной программы

1.1. Начальное общее образование

1.1.7. Физическая культура (Предметная область)

Порядковый номер учебника	Автор/авторский коллектив	Наименование учебника	Класс	Наименование издателя(ей) учебника	Адрес страницы об учебнике на официальном сайте издателя (издательства)
1.1.7.1.1.1	Барышников В.Я., Белоусов А.И. / Под ред. Виленского М.Я.	Физическая культура	1-2	Русское слово	http://russkoe-slovo.ru/
1.1.7.1.1.2	Барышников В.Я., Белоусов А.И. / Под ред. Виленского М.Я.	Физическая культура	3-4	Русское слово	http://russkoe-slovo.ru/
1.1.7.1.2.1	Лисицкая Т.С., Новикова Л.А.	Физическая культура	1	Астрель	http://russkoe-slovo.ru/
1.1.7.1.2.2	Лисицкая Т.С., Новикова Л.А.	Физическая культура	2	Астрель	http://russkoe-slovo.ru/
1.1.7.1.2.3	Лисицкая Т.С., Новикова Л.А.	Физическая культура	3-4	Астрель	http://russkoe-slovo.ru/
1.1.7.1.3.1	Лях В.И.	Физическая культура	1-4	Просвещение	www.1-4.prosv.ru
1.1.7.1.4.1	Матвеев А.П.	Физическая культура	1	Просвещение	www.1-4.prosv.ru
1.1.7.1.4.2	Матвеев А.П.	Физическая культура	2	Просвещение	www.1-4.prosv.ru
1.1.7.1.4.3	Матвеев А.П.	Физическая культура	3-4	Просвещение	www.1-4.prosv.ru
1.1.7.1.4.4	Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д./	Физическая культура. Гимнастика. В 2-х частях	1-4	Просвещение	www.1-4.prosv.ru

	Под ред. Винер И.А.				
1.1.7.1.5.1	Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С.	Физическая культура. 1-2 классы	1-2	ВЕНТАНА-ГРАФ	http://www.vgf.ru/fiz_ra
1.1.7.1.5.2	Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянский Н.В., Петров С.С.	Физическая культура. 3-4 классы	3-4	ВЕНТАНА-ГРАФ	http://www.vgf.ru/fiz_ra
1.1.7.1.6.1	Погодаев Г.И.	Физическая культура	1-2	ДРОФА	http://www.drofa.ru/17/
1.1.7.1.6.2	Погодаев Г.И.	Физическая культура	3-4	ДРОФА	http://www.drofa.ru/17/
1.1.7.1.9.1	Шишкина А.В., Алимпиева О.П.	Физическая культура	1-2	Академкнига/Учебник	http://www.akademkniga.ru/catalog/15/1215/
1.1.7.1.9.2	Шишкина А.В., Алимпиева О.П., Бисеров В.В.	Физическая культура	3-4	Академкнига/Учебник	http://www.akademkniga.ru/catalog/15/1319/

1.2. Основное общее образование

1.2.7. Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности (предметная область)

1.2.7.1. Физическая культура (учебный предмет)

1.2.7.1.1.1.	Гурьев С.В. / Под ред. Виленского М.Я.	Физическая культура	5-7	Русское слово	http://russkoe-slovo.ru/
1.2.7.1.1.2.	Гурьев С.В. / Под ред. Виленского М.Я.	Физическая культура	8-9	Русское слово	http://russkoe-slovo.ru/
1.2.7.1.2.1.	Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др. / Под ред. Виленского М.Я.	Физическая культура	5-7	Просвещение	www.prosv.ru/umk/5-9
1.2.7.1.2.2.	Лях В.И.	Физическая культура	8-9	Просвещение	www.prosv.ru/umk/5-9
1.2.7.1.3.1.	Матвеев А.П.	Физическая культура	5	Просвещение	www.prosv.ru/umk/5-9
1.2.7.1.3.2.	Матвеев А.П.	Физическая культура	6-7	Просвещение	www.prosv.ru/umk/5-9
1.2.7.1.3.3.	Матвеев А.П.	Физическая культура	8-9	Просвещение	www.prosv.ru/umk/5-9
1.2.7.1.4.1	Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С.	Физическая культура. 5-7 классы	5-7	ВЕНТАНА-ГРАФ	http://www.vgf.ru/fiz_ra
1.2.7.1.4.2	Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В.,	Физическая культура. 8-9 классы	8-9	ВЕНТАНА-ГРАФ	http://www.vgf.ru/fiz_ra

	Петров С.С.				
1.2.7.1.5.1	Погодаев Г.И.	Физическая культура	5-6	ДРОФА	http://www.drofa.ru/56/
1.2.7.1.5.2	Погодаев Г.И.	Физическая культура	7-9	ДРОФА	http://www.drofa.ru/56/

1.3. Среднее общее образование

1.3.6. Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности (предметная область)

1.3.6.1. Физическая культура (базовый уровень) (учебный предмет)

1.3.6.1.1.1.	Андрюхина Т.В., Третьякова Н.В. / Под ред. Виленского М.Я.	Физическая культура (базовый уровень)	10-11	Русское слово	http://russkoe-slovo.ru/
1.3.6.1.2.1.	Лях В.И.	Физическая культура (базовый уровень)	10-11	Просвещение	www.prosv.ru/umk/10-11
1.3.6.1.3.1.	Матвеев А.П., Палехова Е.С.	Физическая культура. 10-11 классы: базовый уровень	10-11	ВЕНТАНА-ГРАФ	http://www.vgf.ru/fiz_ra
1.3.6.1.4.1.	Погодаев Г.И.	Физическая культура (базовый уровень)	10-11	ДРОФА	http://www.drofa.ru/96/

Сравнительный анализ учебно-методических комплектов по физической культуре

№ п/п	Название УМК и автор	Издательство	Краткая характеристика УМК
1.	Предметная линия УМК по физической культуре В.И. Ляха (1-4 классы)	Просвещение	<p>Завершённая предметная линия УМК по физической культуре написана с соблюдением требований, заложенных в Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, и предназначена для учащихся 1–4 классов общеобразовательных организаций. Учебник включён в Федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию в общеобразовательных организациях.</p> <p>Материалы УМК формируют умение планировать распорядок дня (утренняя зарядка, водные и гигиенические процедуры, поход в школу и обратно, учебная деятельность, питание, самостоятельные спортивные занятия, в том числе и совместно со сверстниками, родителями и др.).</p> <p>Материалы рабочих программ содержат тематическое планирование и перечень материально-технического обеспечения уроков физкультуры в начальной школе.</p> <p>В учебнике последовательно представлены подготовительные и подводящие упражнения по овладению жизненно важными умениями и развитию основных физических способностей (скоростных, силовых, выносливости, координационных, гибкости). В процессе знакомства с текстом учебника (совместно с родителями и затем самостоятельно) дети приобретают начальные сведения о сущности и значении занятий физическими упражнениями, необходимости вести здоровый образ жизни, соблюдать правильную осанку и др.</p> <p>У учащихся происходит формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)</p> <p>Специальные подразделы учебника «Самоконтроль», «Твои физические возможности» содействуют выработке умения вести контроль и давать оценку личных осваиваемых учебных действий (и действий своих товарищей).</p> <p>Учебники в электронной форме разработаны ко всем печатным учебникам линии.</p> <p>Методические рекомендации содержат сведения о планировании и контроле учебно-</p>

			<p>воспитательного процесса, урочных и самостоятельных занятий. В них представлено учебно-методическое обеспечение занятий, которое следует иметь в школе.</p> <p>В целом УМК служит формированию физической культуры личности учащегося начальной школы.</p> <p>Особенности линии УМК:</p> <ul style="list-style-type: none"> • направлена на содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию учащихся, их успешному обучению; • формирует первоначальные умения само регуляции средствами физической культуры; • помогает учащимся овладевать школой движений; • помогает развивать координационные и кондиционные способности; • способствует формированию элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья; • способствует выработке представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий; • позволяет сформировать установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; • способствует подготовке учащихся к сдаче нормативов ГТО в начальной школе. <p>Состав УМК:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Рабочие программы ✓ Учебник ✓ Учебник в электронной форме ✓ Методические рекомендации
2.	Предметная линия УМК по физической культуре А.П. Матвеева (1-4 классы)	Просвещение	<p>Завершённая предметная линия УМК по физической культуре написана с соблюдением требований, заложенных в Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, и предназначена для учащихся 1–4 классов общеобразовательных организаций. Учебники линии включены в Федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию в общеобразовательных организациях.</p> <p>Целью учебников по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями.</p> <p>Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура», в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение двигательных навыков и умений.</p>

		<p>Рабочая программа нацелена на формирование у учащихся общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности, предполагает обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.</p> <p>Учебники в электронной форме разработаны ко всем печатным учебникам линии.</p> <p>Особенности линии УМК:</p> <ul style="list-style-type: none"> • даёт возможность без дополнительной нагрузки на учителя выйти на качественно другой уровень обучения и образования; • позволяет учащимся организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели; • даёт возможность учащимся активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей; • формирует у школьников умения, навыки и компетенции для самостоятельной организации различных форм занятий; • усиливает оздоровительный эффект образовательного процесса. <p>Методическое пособие содержит возрастные особенности методики обучения, воспитания и развития младших школьников. Раскрывает технологические подходы к планированию учебного материала, составлению годового, тематического и рабочего планов, а также планов-конспектов уроков физической культуры.</p> <p>Состав УМК:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Рабочие программы ✓ Учебник ✓ Учебник в электронной форме ✓ Методические рекомендации
3.	<p>Линия УМК И.А. Винер. Гимнастика. 1-4 классы</p>	<p>Линия УМК по физической культуре создана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования и рабочей программой «Физическая культура. Гимнастика» под редакцией заслуженного тренера Российской Федерации И. А. Винер и адресована учащимся начальной школы. Учебник линии соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и включён в Федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию в общеобразовательных организациях.</p> <p>Курс «Физическая культура. Гимнастика» – это продукт нового поколения, ориентированный на усвоение учащимися начальной школы базовых физических знаний, на формирование</p>

		<p>и отработку навыков по гимнастике.</p> <p>Физическое воспитание средствами художественной и ритмической гимнастики поможет детям найти себя в будущем, освоить профессии, требующие таких качеств как: внимательность, точность пространственного мышления, чувство ритма, память и т. д.</p> <p>В процессе знакомства с текстом учебника (вначале совместно с родителями, а затем самостоятельно) дети приобретают начальные сведения о сущности и значении занятий физическими упражнениями, необходимости вести здоровый образ жизни, соблюдать правильную осанку и др.</p> <p>У учащихся происходит формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).</p> <p>Специальные подразделы учебника «Самоконтроль», «Твои физические возможности» содействуют выработке умения вести контроль и давать оценку личным осваиваемым учебным действиям (и действиям своих товарищей).</p> <p>Учебники в электронной форме разработаны ко всем печатным учебникам линии.</p> <p>Рабочие программы содержат:</p> <ul style="list-style-type: none"> • личностные, метапредметные и предметные результаты изучения учебного курса; • общие рекомендации по освоению курса и тематическое планирование. <p>Особенности линии УМК:</p> <ul style="list-style-type: none"> • линия включает общие вопросы физического воспитания и развития учащихся начальной школы; • показывает уникальные возможности художественной и ритмической гимнастики для развития моторики детей; • привлекает интерес учащихся и родителей к занятиям гимнастикой; • обучает музыкальному восприятию движений; • содержит уникальный иллюстрационный фотоматериал; • содержит базовые методики упражнений и описание базовых игр и спортивных эстафет; • предоставляет возможности для творческой инициативы тренеров и преподавателей; • содержит уникальный материал, освоение которого положительно влияет на физическое развитие учащихся и способствует успешному выполнению норм ГТО. <p>Состав УМК:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Рабочие программы ✓ Учебник
--	--	--

			<ul style="list-style-type: none"> ✓ Учебник в электронной форме ✓ Методические рекомендации
4.	<p>Линия УМК для 1-11 классов по физической культуре Г.И. Погодаева</p>	<p>В учебнике представлены основы знаний о физической культуре, описания физических упражнений, правила техники безопасности и творческие задания для обучающихся. В доступной форме приведены сведения о физической нагрузке, правилах её контроля и дозировки, оказании первой помощи при травмах. Учебник поможет школьникам закрепить и углубить знания о физической культуре и спорте, освоить навыки и умения физкультурно-оздоровительной деятельности, предусмотренные образовательным стандартом.</p> <p>Методические пособия являются частью учебно-методических комплексов по физической культуре для 1–11 классов, созданных в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами общего образования.</p> <p>В пособие включена информация о возрастных особенностях обучающихся, о формах организации работы по физическому воспитанию, представлена методика использования учебного материала и другие сведения.</p> <p><u>Состав УМК:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ рабочие программы (1-4 класс), (5-9 класс), (10-11 класс) с приложением на CD ✓ учебники 1-2, 3-4, 5-6, 7-9, 10-11 классы ✓ ЭФУ ✓ методические пособия для учителя (1-4 класс), (5-9 класс), (10- 11 класс) 	

**Физические упражнения, выполнение которых
оказывает потенциально опасное воздействие на здоровье детей**

Физические упражнения	Потенциально опасное воздействие на организм ребенка
Кувырки через голову вперед и назад	Избыточное давление на шейный отдел позвоночника: компрессия межпозвонковых дисков, нервов и сосудов шеи; повышение внутричерепного давления. Высокий риск травмы шейного отдела позвоночника.
Упражнение «мостик»	Переразгибание в шейном и поясничном отделе позвоночника с патологическим раздражением рецепторов; повышение внутричерепного давления. Высокий риск компрессии корешков спинномозговых нервов и сосудистых нарушений.
Стойка на голове, на руках. Упражнение «березка», «плуг» – из исходного положения (далее – и.п.) лежа на спине поднимание выпрямленных ног и опускание их за голову	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника, повышение артериального и внутричерепного давления. Риск нарушения кровообращения, травмы шейного отдела позвоночника и возникновения грыжи.
Высокоамплитудные и (или) резкие движения головой: круговые движения, повороты в стороны, наклоны, особенно запрокидывание головы назад	Переразгибание в шейном отделе позвоночника с патологическим раздражением рецепторов. Высокий риск компрессии корешков спинномозговых нервов и сосудов шеи с последующими неврологическими и сосудистыми нарушениями.
Высокоамплитудные и (или) резкие движения туловища (круговые, наклоны), особенно с отягощением (утяжеленный мяч, гантели)	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника, повышение внутрибрюшного давления, особенно при резком глубоком наклоне вперед с выпрямленными ногами. Риск смещения межпозвонковых дисков и возникновения грыжи.
Глубокий прогиб туловища назад, в том числе из и.п. лежа на животе: упражнения «качалка», «лодочка», «лук».	Разгибательная перегрузка шейного и поясничного отдела позвоночника, компрессия корешков спинномозговых нервов. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, возникновения неврологических и сосудистых нарушений.
Висы без опоры, подтягивание на перекладине и др. спортивных снарядах. Лазанье по канату	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника и верхних конечностей, повышение внутрибрюшного давления, большая нагрузка на сердечно-сосудистую систему. Риск травмы плеча, возникновения грыжи, опущения внутренних органов.
Высокоамплитудные и (или) резкие маховые движения ногой,	Избыточная нагрузка на поясничный отдел позвоночника: значительное растяжение связочно-

<p>особенно махи назад с прогибом туловища из и.п. сидя с опорой на голени и кисти</p>	<p>мышечного аппарата позвоночника, сдавливание межпозвонковых дисков; повышение внутрибрюшного давления. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, возникновения грыжи.</p>
<p>Многokrатно повторяющееся в быстром темпе одновременное поднятие выпрямленных ног из и.п. лежа на спине</p>	<p>Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат нижней половины туловища и нижних конечностей, повышение внутрибрюшного давления. Риск возникновения грыжи и патологической подвижности почек.</p>
<p>Многokrатно повторяющийся в быстром темпе подъем туловища из положения лежа на спине в положение сидя, особенно при фиксации выпрямленных ног и из и.п. сидя на скамейке опускание и поднятие туловища с глубоким прогибом назад</p>	<p>Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат шейного и поясничного отдела позвоночника, повышение артериального и внутрибрюшного давления. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, возникновения грыжи и патологической подвижности почек.</p>
<p>Высокоамплитудные и (или) резкие повороты туловища (скручивающие) из разных и.п., в том числе из и.п. лежа на спине опускание согнутых ног вправо-влево до касания пола</p>	<p>Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника, повышение внутрибрюшного давления. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, смещения межпозвонковых дисков, ущемления спинномозговых нервов, возникновения грыжи.</p>
<p>Упражнения: - «удержать угол» - «ножницы»</p>	<p>Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат нижней половины туловища и нижних конечностей, повышение внутрибрюшного давления. Риск повреждения связок в паховой области, возникновения грыжи, патологической подвижности почек и сосудистых нарушений (в т.ч. варикозного расширения вен).</p>
<p>Глубокий выпад с сильным сгибанием в коленном суставе, сед в «полушпагат»</p>	<p>Риск повреждения связок в паховой области. Риск повреждения связок коленного сустава, смещения надколенника.</p>
<p>Бег в быстром темпе, особенно на средние и длинные дистанции</p>	<p>Значительная нагрузка на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную систему. Риск травмы связочно-мышечного аппарата нижних конечностей, прогрессирования отклонений костно-мышечной системы. Риск возникновения острой сердечной недостаточности, обострения хронических заболеваний.</p>
<p>Прыжки в быстром темпе продолжительное время (особенно асимметричные, с поворотами); спрыгивание на твердую поверхность</p>	<p>Значительная нагрузка на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую систему, повышение внутричерепного давления. Риск травмы связочно-мышечного аппарата нижних конечностей, прогрессирования отклонений костно-</p>

	мышечной системы, обострения хронических заболеваний.
Прыжки через спортивные снаряды (через коня, козла)	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника и конечностей, повышение внутрибрюшного давления. Риск травмы позвоночника (особенно копчика), повреждения связок в паховой области, возникновения грыжи.

**Противопоказания и ограничения
к выполнению физических упражнений с учетом заболевания**

Болезни органов и систем организма	Противопоказания	Ограничения
Органы кровообращения (артериальная гипертензия, компенсированные пороки сердца и др.)	1. Физические нагрузки высокой интенсивности (бег в быстром темпе, прыжки в быстром темпе, эстафеты и др.). 2. Акробатические упражнения (кувырки вперед и назад, «мостик», «березка», стойка на руках и на голове и др.) 3. Упражнения на гимнастических снарядах, в том числе висы без опоры, подтягивание на перекладине, прыжки через коня (козла), упражнения на брусьях и кольцах и др. 4. Упражнения, выполнение которых связано с длительной задержкой дыхания, натуживанием	1. Продолжительные физические нагрузки средней интенсивности (бег трусцой, бег в умеренном темпе, подвижные игры и др.) 2. Физические упражнения, направленные на развитие общей и локальной выносливости, скоростно-силовых качеств. 3. Физические упражнения с длительным статическим напряжением мышц. 4. Физические упражнения на тренажерах (необходим индивидуальный подбор тренажера со строгим дозированием физических нагрузок). 5. Физические упражнения, вызывающие нервное перенапряжение
Органы дыхания (хронический бронхит, бронхиальная астма, рецидивирующие носовые кровотечения и др.)	1-4 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения	1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения
Мочеполовая система (пиелонефрит, цистит, нарушения менструальной функции и др.)	1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения 4. Упражнения, выполнение которых связано с интенсивным напряжением мышц брюшного пресса, натуживанием. 5. Переохлаждение тела	1-4 см. ограничения при болезнях органов кровообращения 5. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела. 6. Занятия плаванием
Органы пищеварения (хронический гастрит, хронический гастродуоденит, язвенная болезнь,	1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения 4. Упражнения, выполнение	1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения 6. Круговые движения туловища и наклоны,

пупочная грыжа и др.)	которых связано с интенсивным напряжением мышц брюшного пресса, натуживанием	особенно вперед. 7. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела
Нервная система (эпилепсия, внутричерепная гипертензия, гипертензионно-гидроцефальный синдром и др.)	1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения 4. Упражнения, выполнение которых связано с длительной задержкой дыхания, натуживанием и значительным наклоном головы	1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения 6. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела. 7. Круговые движения головой, наклоны головы
Костно-мышечная система (плоскостопие, сколиоз, лордоз, кифоз, выраженные нарушения осанки, в том числе кифосколиотическая, плоская спина и др.)	1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения	1-4 см. ограничения при болезнях органов кровообращения 5. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела
Органы зрения (миопия средней и высокой степени, гиперметропия средней и высокой степени, астигматизм и др.)	1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения 4. Упражнения, выполнение которых связано с запрокидыванием и значительным наклоном головы, натуживанием, резким изменением положения тела. 5. Упражнения, требующие напряжения органов зрения (упражнения в равновесии на повышенной опоре и др.)	1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения 6. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела (прыжки в высоту, с разбега, спрыгивания и др.)
Эндокринная система (ожирение, сахарный диабет и др.)	1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения. 4. Упражнения, выполнение которых связано с интенсивным напряжением мышц брюшного пресса, натуживанием	1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения. 6. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела (прыжки в высоту, с разбега, спрыгивания и др.)