

**Методические рекомендации для учителей физкультуры по организации преподавания предмета «Физическая культура» в образовательных организациях образования Костромской области в 2020– 2021**

*Составитель:*  
**Л.В. Журавлева,**  
*зав. отдела здоровьесбережения и  
безопасность жизнедеятельности  
ОГБОУ ДПО «КОИРО»*

В соответствии с «Концепцией преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы» физическое воспитание в образовательных организациях, реализующих основные общеобразовательные программы, является универсальным средством формирования разносторонней и гармонично развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха

Преподавание учебного предмета «Физическая культура» направлено на формирование у учащихся здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта; содействие в сохранении и улучшении здоровья учащихся средствами физической культуры и спорта; создание условий для развития школьного спорта; ориентацию учащихся выпускных классов на выбор профессии в сфере физической культуры и спорта.

**1. Нормативные документы преподавателя физкультуры:**

1. Указ Президента Российской Федерации от 24.03.2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» «ГТО».

2. Постановление Правительства РФ от 11.06.2014 г. № 540 (в ред. Постановления Правительства РФ от 30.12.2015 г. № 1508) Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

3. Приказ Минспорта России от 19.06. 2017 года № 542 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018 – 2021 годы».

4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2010 г. № 889 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации» от 09.03.2004 г. № 1312 "Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования" (о введении третьего часа на предмет «Физическая культура» Примерные основные образовательные программы среднего (полного) образования, внесенный в реестр образовательных программ, одобренные федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з)

<http://fgosreestr.ru/registry/primernaya-osnovnaya-obrazovatel'naya-programma-srednego-obshhego-obrazovaniya/>

5. Письмо Минобрнауки России от 27.11.2015 № 08-2228 «О направлении методических рекомендаций по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом в общеобразовательных организациях Российской Федерации»

6. Письмо Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».

7. Письмо Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».

*На основании следующих инструктивных и методических материалов:*

1. Примерные основные образовательные программы начального общего образования и основного общего образования, внесенных в реестр образовательных программ, одобренных федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015г. № 1/5). <http://fgosreestr.ru/>.

2. Методические рекомендации Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 02.12.2015г. № 08-1447 по механизму 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».

3. Письмо Минобразования России от 31.10. 2003 г. № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой».

Областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Костромской областной институт развития образования»

## **2. Особенности организации образовательной деятельности по преподаванию физической культуры**

Физическое воспитание в школе должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни.

Освоение учебного предмета «Физическая культура» направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В процессе освоения предмета «Физическая культура» формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретается опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учётом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности, обеспечении условий для участия учащихся с ограниченными возможностями здоровья в различных формах конкурсных мероприятий; обеспечении в ходе реализации образовательных программ, включая внеурочную и соревновательную деятельность

Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся рекомендуется проводить не менее 3-х учебных занятий физической культурой (в урочной и внеурочной форме) в неделю, предусмотренных в объеме общей недельной нагрузки<sup>1</sup>. Заменять учебные занятия физической культурой другими предметами не допускается (п. 10.20. СанПиН 2.4.2.2821-10).

Обязательный учебный предмет «Физическая культура» может изучаться в объеме 3-х часов в неделю, включая использование интегративных и модульных программ.

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

## 2.1. Начальная школа

Основным документом, на основе которого формируется учебный план образовательной организации является ФГОС НОО. При формировании учебного плана на 2019/2020 учебный год учитываются варианты примерных учебных планов, представленных в примерной основной образовательной программе начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15), которая размещена в государственной информационной системе на сайте <http://fgosreestr.ru>.

| Учебный предмет     | Класс/ количество часов   |     |     |     | Общее количество часов |
|---------------------|---------------------------|-----|-----|-----|------------------------|
|                     | 1                         | 2   | 3   | 4   |                        |
| Физическая культура | 99                        | 102 | 102 | 102 | 405                    |
|                     | Количество часов в неделю |     |     |     |                        |
|                     | 3                         | 3   | 3   | 3   | 12                     |

## 2.2. Основное общее образование

Предметная область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» представлена обязательными учебными предметами «Физическая культура» (5-9 классы)

| Учебный предмет     | Класс/ количество часов   |     |     |     |     | Общее количество часов |
|---------------------|---------------------------|-----|-----|-----|-----|------------------------|
|                     | 5                         | 6   | 7   | 8   | 9   |                        |
| Физическая культура | 102                       | 102 | 102 | 102 | 102 | 510                    |
|                     | Количество часов в неделю |     |     |     |     |                        |
|                     | 3                         | 3   | 3   | 3   | 3   | 15                     |

## 2.3. Среднее общее образование

Предметная область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» представлена обязательными учебными предметами «Физическая культура» (10- 11 классы)

Областное государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Костромской областной институт развития образования»

| Учебный предмет     | Класс/количество часов    |    | Общее количество часов |
|---------------------|---------------------------|----|------------------------|
| Физическая культура | 10                        | 11 | 210                    |
|                     | Количество часов в неделю |    |                        |
|                     | 3                         | 3  | 6                      |

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

Содержание образования по физической культуре на уровне основного общего образования, в т. ч. с учетом введения третьего часа, определяется общеобразовательными программами, разрабатываемыми образовательными организациями самостоятельно на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и примерных основных образовательных программ.

При организации, планировании и проведении третьего часа физической культуры общеобразовательным организациям рекомендуется использовать спортивные площадки и залы организаций дополнительного образования детей спортивной направленности, а также спортивных объектов, находящихся в муниципальной и региональной собственности (письмо Минобрнауки Российской Федерации от 7 сентября 2010 г. № ИК-1374/19 и Минспорттуризма России от 13 сентября 2010 г.).

Экспертным советом Минобрнауки были предложены для совершенствования системы физического воспитания в образовательных организациях в рамках третьего часа следующие вариативные программы:

- 1) «Теннис как третий час физической культуры в школе для 1-4 классов»;
- 2) «Программа для обучающихся 8-11 классов по физической культуре на основе фитнес – аэробики»;
- 3) «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»;
- 4) «Программа дополнительного образования по физической культуре для общеобразовательных организаций и профессиональных образовательных организаций на основе футбола»;

- 5) «Программа интегрированного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола»;
- 6) «Программа по бадминтону для общеобразовательных школ. 5-11 классы»;
- 7) «Модульная программа по физической культуре по физической культуре для 1-11 классов общеобразовательных учреждений «Физкульт-ура!»;
- 8) «Модульная программа третьего урока физической культуры для 1-11 классов общеобразовательных учреждений»;
- 9) «Программа интегрированного курса физического воспитания для обучающихся общеобразовательных учреждений на основе регби. 1-11 классы»;
- 10) «Физическая культура. Бадминтон. 5–11 класс»;
- 11) «Физическая культура. Гимнастика. 1–4 классы» под ред. И.А. Винер;
- 12) «Гармоничное развитие детей средствами гимнастики» по ред. И.А. Винер;
- 13) «Программа урока физической культуры на основе вида спорта гольф»;
- 14) «Примерная образовательная программа внеурочной деятельности «Игровое ГТО» для младших школьников (1–4 классы)»;
- 15) «Примерная образовательная программа внеурочной деятельности «Игровое ГТО» для учащихся основной школы (5–9 классы)»;
- 16) «Примерная образовательная программа внеурочной деятельности «Игровое ГТО» для учащихся средней (полной) школы (10–11 классы)»;
- 17) Программно-методический комплекс по физическому воспитанию обучающихся на основе самбо
- 18) Программно-методический комплекс по физическому воспитанию обучающихся на основе обучения шахматам.
- 19) Региональная программа «Плавание» можно вводить в учебный процесс при наличии соответствующих условий и материальной базы.

### **3. Обновление содержания и технологий преподавания учебного предмета**

Обновление содержания и технологий преподавания учебного предмета определяется исходя из ключевых задач на каждом уровне общего образования.

На уровне начального общего образования у обучающихся следует обеспечить формирование познавательных интересов к занятиям физической культурой, навыков здорового образа жизни как основы физического воспитания. Приоритетами в обучении являются: получение знаний и умений выполнения базовых упражнений средствами гимнастики для правильного формирования опорно-двигательного аппарата, развития гибкости, координации, моторики; приобретение двигательного опыта и интеллектуального развития средствами различных видов спорта, не наносящих ущерба здоровью обучающихся; получение

эмоционального удовлетворения от выполнения физических упражнений через игровую деятельность.

На уровне основного общего и среднего общего образования необходимо обеспечить формирование у обучающихся компетенций по осознанному ведению здорового образа жизни, привычки к самостоятельным занятиям по развитию основных физических качеств, профилактике и укреплению здоровья через: реализацию образовательных программ на основе традиционных, прикладных и вновь развивающихся видов спорта, а также современных оздоровительных систем; преподавание уроков с оздоровительной, общеразвивающей, спортивной и практико-ориентированной направленностью; участие в деятельности школьных спортивных клубов; демонстрацию обучающимися полученных компетенций через выполнение тестов Всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников «Президентские состязания» и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

в результате изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне среднего общего образования выпускник на базовом уровне **научится**: определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры; определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств; **получит возможность научиться**: самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга; проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга; выполнять технические приемы и тактические действия национальных видов спорта; осуществлять судейство в избранном виде спорта;

освоение дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта, участие в соревновательной деятельности.

Преподавания учебного предмета «Физическая культура» осуществляется на базовом и углубленном уровнях:

Базовый уровень должен быть обязательным для всех обучающихся в образовательных организациях и основан на решении практических задач по формированию устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном

развитии своих физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни;

Углубленный уровень должен обеспечивать расширенную интеграцию базового и дополнительного образования в сфере физической культуры спорта, целенаправленное освоение избранного вида спорта, профессиональную ориентацию обучающихся, развитие способности к избранному виду деятельности, теоретических основ системы знаний психолого-педагогических, анатомо-физиологических и гигиенических требований физического воспитания и формирование более развитых исследовательских и проектных компетенций.

Содержания основных образовательных программ на базовом уровне *Физическая культура и основы здорового образа жизни (с учетом медицинских показаний, уровня физического развития, физической подготовленности и климатических условий региона)*. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек. Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья.

Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: гимнастика при занятиях умственной и физической деятельностью. Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта; индивидуальная подготовка и требования безопасности.

Индивидуально-ориентированные здоровьесберегающие технологии: гимнастика при умственной и физической деятельности; комплексы упражнений адаптивной физической культуры; оздоровительные ходьба и бег

*Спортивно-оздоровительная деятельность* Подготовка к соревновательной деятельности и выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО); совершенствование техники упражнений в индивидуально подобранных акробатических и гимнастических комбинациях (на спортивных снарядах); в беге на короткие, средние и длинные дистанции; прыжках в длину и высоту с разбега; передвижениях на лыжах; плавании; совершенствование технических приемов и командно-тактических действий в спортивных играх (баскетболе, волейболе, футболе, мини-футболе); технической и тактической подготовки в национальных видах спорта, (в ред. Приказа Минобрнауки России от 23.06.2015 N 609)

С целью формирования у учащихся ключевых компетенций, в процессе освоения предмета «Физическая культура» используются знания из других

учебных предметов: «Биология», «Математика», «Физика», «География», «Основы безопасности жизнедеятельности», Иностранный язык», «Музыка» и др.

### **Организация оценивания планируемых результатов, обучающихся по учебному предмету «Физическая культура»**

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

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

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. Невыполнение обучающимися заданий, с помощью которых ведется оценка достижения планируемых результатов данного блока, не является препятствием для перехода на следующую ступень обучения. При осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура» (Методические рекомендации Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 02.12.2015 г. №08-1447) законодательством в сфере образования не установлено требование обязательной сдачи всеми обучающимися нормативов Комплекса ГТО, в связи с чем невыполнение нормативов Комплекса ГТО не может являться основанием для неудовлетворительной отметки в ходе текущей, промежуточной и итоговой аттестации по предмету «Физическая культура». При этом выполнение обучающимися нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО на бронзовый, серебряный и золотой знаки отличия являются качественным показателем решения поставленной задачи перед обучающимися в соответствии с ФГОС и может соответствовать отметке «отлично». Согласно статье 28 Федерального Закона от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», осуществление текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, установление их форм, периодичности и порядка проведения, индивидуальный учет результатов освоения обучающимися образовательных программ относится к

компетенции образовательной организации и осуществляется в соответствии с ее уставом и другими локальными нормативными актами.

**4. Обзор действующих учебно-методических комплектов, обеспечивающих преподавание учебного предмета «Физическая культура»**

УМК по ФК Приказ Минобрнауки России от 31.03.2014 № 253 (ред. от 28.12.2015) "Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования":

1. Гурьев С.В. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура 5 - 7 Русское слово <http://xn----dtbhtpdkkaet.xn--p1ai/shop/catalog/knigi/424/1141/>

2. Гурьев С.В. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура 8 - 9 Русское слово <http://xn----dtbhtpdkkaet.xn--p1ai/shop/catalog/knigi/425/1142/>

3. Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др./ Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура 5 - 7 Издательство "Просвещение"

4. [www.prosv.ru/umk/5-9](http://www.prosv.ru/umk/5-9)

5. Лях В.И. Физическая культура 8 - 9 Издательство "Просвещение"  
[www.prosv.ru/umk/5-9](http://www.prosv.ru/umk/5-9)

6. Матвеев А.П. Физическая культура 5 Издательство "Просвещение"  
[www.prosv.ru/umk/5-9](http://www.prosv.ru/umk/5-9)

7. Матвеев А.П. Физическая культура 6 - 7 Издательство "Просвещение"  
[www.prosv.ru/umk/5-9](http://www.prosv.ru/umk/5-9)

8. Матвеев А.П. Физическая культура 8 - 9 Издательство "Просвещение"  
[www.prosv.ru/umk/5-9](http://www.prosv.ru/umk/5-9)

9. Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С. Физическая культура. 5 - 7 классы Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ [http://vgf.ru/fiz\\_ra](http://vgf.ru/fiz_ra)

10. Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Физическая культура. 8 - 9 классы Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ [http://vgf.ru/fiz\\_ra](http://vgf.ru/fiz_ra)

11. Погадаев Г.И. Физическая культура 5 - 6 ДРОФА <http://www.drofa.ru/56/>

12. Погадаев Г.И. Физическая культура 7 - 9 ДРОФА <http://www.drofa.ru/56/>

13. Лях В.И. Физическая культура (базовый уровень) 10 - 11 Издательство "Просвещение" [www.prosv.ru/umk/10-11](http://www.prosv.ru/umk/10-11)

14. Матвеев А.П., Палехова Е.С. Физическая культура. 10 - 11 классы: базовый уровень 10 - 11 Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ [http://vgf.ru/fiz\\_ra](http://vgf.ru/fiz_ra)

15. Погадаев Г.И. Физическая культура (базовый уровень) 10 - 11 ДРОФА <http://www.drofa.ru/96/>

## **5. Организация занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья (СМГ «А», СМГ «Б»).**

Занятия физической культурой, обучающихся основной медицинской группы, проводятся в соответствии с учебными программами физического воспитания в полном объеме; разрешено посещение спортивных секций, кружков, участие в соревнованиях, подготовка и сдача нормативов ФП соответственно возрасту, сдача практической части экзамена по предмету "Физическая культура".

Занятия физической культурой, обучающихся подготовительной медицинской группы, проводятся в соответствии с учебными программами физического воспитания при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков, особенно связанных с предъявлением к организму повышенных требований. При отсутствии противопоказаний с разрешения врача может проводиться подготовка и сдача нормативов ФП соответственно возрасту, посещение спортивных секций со значительным снижением интенсивности и объема физических нагрузок.

Занятия физической культурой, обучающихся специальной медицинской группы "А", проводятся в соответствии с программами физического воспитания обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья.

Занятия физической культурой, обучающихся специальной медицинской группы "Б", проводятся в медицинском учреждении (детская поликлиника, врачебно-физкультурный диспансер и др.). ПИСЬМО от 30 мая 2012 г. № МД-583/19 Минобрнауки РФ о методических рекомендациях "Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой, обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья"

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся в группах СМГ должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей (при самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся выставляется положительная отметка). Положительная отметка выставляется учащимся, регулярно посещающим занятия по физической культуре, старательно выполняющим задания учителя, овладевшим доступными конкретному ученику навыками самостоятельных занятий. оздоровительной гимнастики, необходимыми теоретическими знаниями в области физической культуры).

ЛФК для детей с хроническими заболеваниями проводится в лечебно-профилактических учреждениях специалистами - медицинскими работниками,

методистами. По мере улучшения состояния здоровья дети могут заниматься со здоровыми детьми своего класса, соблюдая условия урочной формы занятий.

*Текущая и итоговая аттестация учащихся по физической культуре обучающихся СМГ*

При выставлении четвертной, полугодовой, годовой и итоговой отметки по физической культуре учитывается прилежание, усердие в работе над собой и выполнение всех рекомендаций учителя физической культуры. При оценивании по физической культуре учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе «А», рекомендуется сделать акцент на стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. Текущая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом успехов обучающегося в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима с тем, чтобы отметка способствовала развитию обучающегося, стимулировала его заниматься физической культурой.

Итоговая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), с учетом динамики физической подготовленности и прилежания.

*Обучающиеся специальной медицинской группы «Б»* на основании представленной справки установленного образца, выданной медицинским учреждением о прохождении курса ЛФК, оцениваются в образовательном учреждении по разделам: «Основы теоретических знаний» в виде устного опроса или написания рефератов, «Практические умения и навыки» в виде демонстрации комплексов ЛФК, освоенных согласно своему заболеванию в медицинских учреждениях, с последующей итоговой аттестацией по предмету «Физическая культура». Следовательно, итоговая оценка может отличаться от средней арифметической оценки.

*Требования к посещению уроков обучающимися, освобожденными от практических занятий по физической культуре:*

1. Все обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре, подтверждают факт освобождения заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который предоставляется классному руководителю или учителю физкультуры.

2. Все обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре, в течение урока находятся в помещении спортивного зала или на стадионе под присмотром учителя физической культуры.

Учащиеся, освобожденные от уроков физической культуры, в классном журнале не отмечаются как отсутствующие. В данном случае учителем физической культуры дается индивидуальное задание по теоретической части изучаемого курса. Все учащиеся, освобожденные от физических нагрузок, в конце каждой учебной четверти, полугодия и в конце учебного года получают итоговые оценки по указанным выше заданиям и выполненным домашним заданиям. При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются следующие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, тестирование.

*Рабочие программы по СМГ:*

1. Программа по физической культуре учащихся I–XI классов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе / авторы-составители А.П. Матвеев, Т. В. Петрова, Л. В. Каверкина. М.: Дрофа, 2006. 76 с.

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

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

4. 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.

## **6. Рекомендации по организации и содержанию внеурочной деятельности по учебному предмету «Физическая культура»**

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС ООО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основных образовательных программ основного общего образования. Внеурочная деятельность является обязательным компонентом содержания основной образовательной программы основного общего и среднего (полного) общего образования.

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

Следует подчеркнуть, что формы внеурочной деятельности являются различными на ступени начального и ступени основного общего и среднего общего образования.

Так, для обучающихся 1–4 классов рекомендуемыми формами выступают школьные спортивные клубы и секции, олимпиады, экскурсии, соревнования и другие формы. Для учащихся 5–9, 10–11-классов такими формами могут быть школьные спортивные клубы и секции, юношеские организации, научно-практические конференции, олимпиады, фестивали ГТО, Президентские состязания, внутришкольные, муниципальные и региональные соревнования по различным видам спорта, проведение соревнований по ОФП и другие формы отличные от урочной. Направления и формы внеурочной деятельности осуществляются на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательного учреждения.

В соответствии с ФГОС НОО, ФГОС ООО, ФГОС СОО рабочие программы курсов внеурочной деятельности составляются в соответствии с методическими рекомендациями, разработанными Российской академией образования (письмо Министерство образования и науки РФ от 07.08.2015 г. № 08-1228) и рекомендациями по организации внеурочной деятельности в образовательных организациях Краснодарского края (письмо Министерство образования и науки Краснодарского края от 14.07.2017 г. № 47-13507/17-11).

*Рекомендуемая литература для проведения внеурочной деятельности:*

1. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор/ Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2010 -23
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4.09.2014 г. № 1726-р «Концепции развития дополнительного образования детей» (в части поддержки внеурочной деятельности и блока дополнительного образования).
3. Письмо Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятий и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».
4. 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.
5. Байбородова, Л. В. Внеурочная деятельность школьников в разновозрастных группах / Л. В. Байбородова. М.: Просвещение, 2014. 177 с.
6. Григорьев Д. В. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение: пособие для учителей

общеобразовательных учреждений / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. М.: Просвещение, 2011. 96 с

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

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

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