

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ГИМНАЗИЯ №16»**

СОГЛАСОВАНО

Председатель профкома

Т.А. Блохина

«01» 09 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Гимназия №16»

Е.Э. Новикова

2016 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении уроков физической культуры  
в МБОУ «Гимназия № 16»**

# ПОЛОЖЕНИЕ

## о проведении уроков физической культуры в МБОУ «Гимназия № 16»

### 1. Общие положения

Настоящее Положение разработано в соответствии со следующими нормативными и правовыми актами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Письмо Минобрнауки России от 20 июля 2015 г. № 09-1774 «О направлении учебно-методических материалов».
- Приказом Министерства образования и Науки от 28.12.2010 г. №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
- Федеральным Законом Российской Федерации от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Письмом Министерства образования Российской Федерации 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»;
- Приказом Министерства образования Российской Федерации, Министерства Здравоохранения Российской Федерации, Госкомспорта Российской Федерации и Российской Академии образования от 16 июля 2002 г. №2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;
- Комплексной программой физического воспитания учащихся 1-11 классов под редакцией доктора педагогических наук В.И.Ляха.

### Группы здоровья

2.1. В целях **дифференцированного подхода** к организации уроков физической культуры все обучающиеся школы в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: *основную, подготовительную и специальную медицинскую* группу. Отнесение ребенка к соответствующей группе здоровья происходит на основании Листа здоровья в журнале, заполненного медицинским персоналом школы.

2.2. Задания на уроке для обучающихся, отнесенных к различным группам здоровья, отличаются объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала.

2.3. К *основной* медицинской группе – относятся обучающиеся, имеющие удовлетворительное состояние здоровья.

К *подготовительной* медицинской группе - относятся обучающиеся с недостаточным физическим развитием и низкой физической подготовленностью или имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья. Этой категории обучающихся разрешается заниматься физической культурой по программе дня основной группы с учетом некоторых

ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок (в том числе временных).

К *специальной* медицинской группе (СМГ) – относятся обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы.

2.4. Классный руководитель в начале учебного года выявляет (на основании предоставленной родителями справки медицинской комиссии) учащихся, освобожденных от занятий физкультурой на учебный год, и предоставляет список учителям физической культуры.

2.5. Классный руководитель совместно с родителями определяет порядок посещения уроков физкультуры освобожденными учащимися и форму опроса в рамках данного положения.

Заявление от родителей о порядке посещения и форме опроса предоставляется администрации школы.

## 2. Требования к внешнему виду и посещению уроков

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

3.2. Спортивная форма учащихся включает в себя: спортивный костюм, футболку, носки, спортивную обувь (кеды или кроссовки).

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

3.4. Все обучающиеся, освобождённые от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала, или на стадионе под присмотром учителя физической культуры. Если урок последний, то по заявлению родителей, учащийся может находиться дома.

3.5. Учитель физической культуры определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий, с освобожденными от практических занятий учащимися на предстоящий урок (возможно, так же теоретическое изучение материала, оказание посильной помощи в судействе или организации урока).

3.6. Если учащийся не имеет спортивной формы:

- 1) он к занятиям физической культурой не допускается,
- 2) он должен находиться на уроке физической культуры, теоретически изучать учебный материал, преподаваемый во время урока, и выполнять все указания учителя физкультуры.
- 3) неудовлетворительная оценка за отсутствие спортивной формы на уроке ученику не выставляется, но выставляется отметка за работу на уроке.

Если ученик не приносит спортивную форму на урок физической культуры, учитель обязан сделать соответствующую запись в электронном дневнике учащегося или через классного руководителя донести эту информацию до родителей учащегося (или его представителей).

3.7 Освобожденным учащимся нельзя пользоваться на уроке телефоном, планшетом, ноутбуком, фотоаппаратом.

3.8 Учащиеся, которые не занимаются на уроке, должны находиться в специально отведенном месте спортивного зала, портфели должны находиться в раздевалке.

3.9 Ученик не может выходить из спортивного зала без разрешения учителя.

3.10 Учащимся запрещено входить в спортивный зал и находиться на уроке с жевательной резинкой во рту.

### **3. Организация урока физической культуры**

В целях организованного начала и окончания урока, организации учащихся в раздевалках, с целью недопущения случаев травматизма и правонарушений, соблюдения санитарно – гигиенических, норм установлен следующий порядок:

1. Учащиеся допускаются в раздевалку за 10 минут до звонка на урок.
2. Во время урока раздевалки закрываются на ключ.
3. Освобожденным учащимся нельзя пользоваться телефонами, планшетами, фотоаппаратами и другой техникой.
4. Учащимся запрещается входить в спортивный зал и находиться во время урока с жевательной резинкой во рту.
5. Не занимающиеся учащиеся сидят в отведенном месте спортивного зала.
6. Ученик не может выходить из зала без разрешения учителя.
7. Учителя физической культуры должны обеспечить устойчивую дисциплину во время переодевания учащихся.
8. На переодевание учащихся после урока физической культуры отводится 10 минут.
9. Уроки физической культуры проводятся согласно методическим рекомендациям.
  - 1) Орг. момент. Построение.
  - 2) Подготовительная часть урока (разминка).
  - 3) Основная часть урока (работа по теме урока).
  - 4) Заключительная часть урока (подведение итогов, выставление отметок).

### **5. Промежуточная и итоговая аттестация учащихся на уроках физической культуры**

В аттестаты об основном общем образовании и среднем общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре.

Учет успеваемости по физической культуре обучающихся проводится в течение всего учебного года и решает следующие задачи:

- определение уровня знаний обучающихся разных классов;

- формирование интереса всех категорий обучающихся к школьным и самостоятельным занятиям физическими упражнениями, суточному и недельному двигательному режиму;
- воспитание ответственного отношения обучающихся к собственному здоровью, здоровому образу жизни

## **5.1. Оценивание учащихся, посещающих уроки физической культуры**

### 5.1.1. Текущее оценивание:

Оценивание учащихся 2-11 классов происходит по 5-балльной системе.

Оценивание учащихся 1 класса – словесное.

При выставлении оценки учитывается старание учащегося, его физическая подготовка, способности.

### 5.1.2. Итоговое оценивание

Итоговое оценивание происходит на основе текущих оценок, полученных учеником в течение четверти (полугодия).

Количество текущих оценок для выставления четвертной отметки – не менее 3.

## **5.2. Оценивание учащихся 2-11 классов, освобожденных от занятий физкультурой на длительный срок (на учебный период) или освобожденных после болезни и не имеющих количество текущих оценок, недостаточное для выставления итоговой оценки**

5.2.1. По своей направленности учет успеваемости обучающихся, освобождённых по медицинским показаниям по физической культуре подразделяется на текущий и итоговый.

5.2.2. Текущий учет осуществляется в процессе учебно-воспитательной работы.

5.2.3. Если учащийся имеет освобождение, присутствует на уроке физкультуры, но не занимается, то выставление итоговой отметки происходит на основании выполнения теоретических заданий.

5.2.4. На уроке физической культуры путем опроса или вызова обучающихся, освобождённых по медицинским показаниям, оценивается качество усвоения знаний, предусмотренных программой физического воспитания, владение инструкторскими и судейскими знаниями, умениями. Важно, чтобы учет был объективным, сопровождался пояснениями учителя (включая и обоснования оценки), проводился с учетом возрастных и половых особенностей обучающихся, физической и двигательной подготовленности обучающихся. Учет должен согласовываться с задачами урока.

5.2.5. Оценка каждого обучающегося освобождённого по медицинским показаниям по физической культуре выставляется на основе теоретических знаний.

5.2.6. Порядок выполнения теоретических заданий.

После предоставления справки об освобождении от занятий физкультурой, ученик получает у учителя теоретические вопросы, которые соответствуют программе, результатам обучения и возрасту учащегося.

Оценивание обучающихся, освобождённых по медицинским показаниям, проводится по пятибалльной системе по следующим показателям:

### **Теоретическая часть (знания)**

1. В течение четверти ученики отвечают письменно на 3 вопроса из представленных в перечне и получают 3 отметки (отметка за каждое сообщение, доклад).
2. В начале каждой четверти во время консультаций учитель предлагает учащемуся тему сообщения (5-8 классы), доклада (9-11 классы), знакомит с правилами их оформления, определяет сроки сдачи.
3. Сообщения, доклады должны быть сданы в назначенные сроки, не позднее недели до окончания четверти (5-9 классы), полугодия (10-11 классы).  
Защита сообщения, доклада происходит в присутствии учащихся класса. Требования к написанию доклада (см. Приложение 1).
4. В зависимости от возрастной группы, подготовить, по заданию учителя раздел из программного теоретического материала (например: техника безопасности, оказание первой помощи, самоконтроль, и т.д.).
5. Учитель может оценить теоретическую часть и в другой форме (например: работа с теоретическим материалом в учебнике по физической культуре, ответы на вопросы, презентации, сообщения, составление кроссвордов, викторин и др.).
6. Обучающиеся начальной школы (2-4 классы) могут представить теоретические знания в виде рисунков и рассказов по ним.
7. По результатам выполнения заданий теоретической части выставляется оценка по пятибалльной шкале.

### **Практическая часть.**

1. Присутствие на уроках.
2. Помощь при проведении урока, судейство (проверяются знания терминологии, правил, жесты судей).
3. Помощь в организации соревнований.

По результатам выполнения заданий практической части может быть выставлена оценка по пятибалльной шкале.

5.2.7. Для обучающихся, находящихся на домашнем обучении, оценка по физической культуре выставляется по результатам выполнения пунктов теоретической части (при необходимости аттестации этой категории учащихся).

5.2.8. Учитель имеет право выбрать из каждой части те мероприятия, которые наиболее подходят индивидуальным особенностям конкретного обучающегося,

5.2.9. Итоговый контроль организуется по четвертям (2-9 классы), полугодиям (10 – 11 классы), на его основе выставляется годовая отметка по физической культуре.

## **6. МЕТОДИКА УЧЁТА УСПЕВАЕМОСТИ И ОЦЕНКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, НЕПОСЕЩАЮЩИХ УРОКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПО НЕУВАЖИТЕЛЬНОЙ ПРИЧИНЕ**

6.1 Учитель обязан своевременно выставлять в электронном классном журнале отметки и пропуски учащихся для оперативного информирования родителей об успехах и посещаемости учащегося.

6.2 В случае непосещения обучающимся уроков физической культуры по неуважительной причине, учитель должен поставить в известность родителей ученика, сделав соответствующую запись в электронном журнале, и сообщить об этом классному руководителю.

6.3 Учет успеваемости обучающихся, не занимающиеся на уроке физической культуры по неуважительной причине, но находящиеся на уроке, основывается на оценке успеваемости учащихся, освобождённых по медицинским показаниям по физической культуре, подразделяется на текущий и итоговый (см. раздел 5).

6.4 Если учащийся не посещал уроки физической культуры без уважительной причины, то он не выполнил учебную программу по предмету, и учитель физкультуры не может аттестовать учащегося до момента сдачи всего необходимого материала.

## **7. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

8.1. Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры – **5 (отлично)**, в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда.
3. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия.
4. Успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре, для своего возраста.
5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в

судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий

6. Обладает необходимыми теоретическими и практическими знаниями и навыками в области физической культуры.

8.2 Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры – **4 (хорошо)**, в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда.

3. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия.

4. Успешно сдаёт или подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре, для своего возраста.

5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий

6. Обладает необходимыми теоретическими и практическими знаниями и навыками в области физической культуры.

8.3 Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры – **3 (удовлетворительно)**, в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда .

3. Продемонстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение полугодия.

4. Частично выполняет все теоретические или иные задания учителя, частично владеет

- навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики;

- необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

8.4 Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры – **2 (неудовлетворительно)**, в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Не имеет с собой спортивной формы в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры.

3. Не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств.



4. Не выполнял теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

## **ТРЕБОВАНИЯ К НАПИСАНИЮ ДОКЛАДА**

Представлять доклады обучающиеся начинают с 9 класса.

Доклад представляется учащимися на определенную тему. Это одна из начальных форм представления результатов научного исследования в письменном виде.

Рекомендации по его оформлению:

1. Объем доклада обычно колеблется от 2 до 5 машинописных страниц.
2. Доклад должен иметь титульный лист, оглавление, основную часть и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи реферата.
3. Доклад должен быть написан простым, ясным языком. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если такие термины и символы приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте.

### **Оценивание доклада**

Максимальная оценка за подготовку и защиту реферата – 5 баллов. Оценивание доклада производится на основании следующих критериев:

- правильное и полное раскрытие темы ;
- грамотность и логичность письменного изложения;
- умение устно изложить краткое содержание, выбрав основную суть вопроса, соблюдение логики изложения (введение, основное содержание, краткие выводы по теме).

**Темы для сообщений по физической культуре.  
для учащихся 5 - 8 классов.**

1. Значение физических качеств в жизни человека.
2. Развитие гибкости.
3. Основные средства физической культуры.
4. Развитие скоростно-силовых способностей.
5. Упражнения для развития выносливости.
6. Упражнения для развития ловкости.
7. Баскетбол. Тактика игры. Развитие физических качеств.
8. Баскетбол – игра великанов.
9. Волейбол. Основные технические приемы в игре.
10. Спортивная гимнастика как средство физического воспитания.
11. Первая помощь при ушибах, ссадинах, растяжение мышц.
12. Здоровье и здоровый образ жизни.
13. Олимпийские игры. Древняя Греция. История возникновения Олимпиады.
14. Современные Олимпийские игры. Возрождение игр.  
Роль в современной культуре.
15. Символика Олимпийского движения. История возникновения.
16. Пьер де Кубертен – основатель современного Олимпизма.
17. Формы физической культуры (утренняя гимнастика, физкультминутка, урок и т.д.)
18. Самостоятельная подготовка к соревнованиям, к тестированию.
19. Профилактика вредных привычек.
20. Закаливание.
21. Вода и питьевой режим.
22. Тема, предложенная самим учащимся...

**Темы докладов по физической культуре  
9 - 11 классы**

1. Значение физической культуры и спорта в жизни человека.
2. История развития физической культуры как дисциплины.
3. История зарождения олимпийского движения в Древней Греции.
4. Физическая культура и её влияния на решение социальных проблем.
5. Современные олимпийские игры: особенность проведения и их значения в жизни современного общества.
6. Влияние физических упражнений на полноценное развитие организма человека.
7. Процесс организации здорового образа жизни.
8. Лечебная физическая культура: комплексы физических упражнений направленных на устранение различных заболеваний.
9. Физическая культура как средство борьбы от переутомления и низкой работоспособности.

10. Основные методы коррекции фигуры с помощью физических упражнений.
11. Основные системы оздоровительной физической культуры.
12. Меры предосторожности во время занятий физической культуры.
13. Восточные единоборства: особенности и влияния на развития организма.
14. Основанные методы саморегулирования психических и физических заболеваний.
15. Профилактика возникновения профессиональных заболеваний.
16. Взаимосвязь физического и духовного развития личности.
17. Адаптация к физическим упражнениям на разных возрастных этапах.
18. Основные виды спортивных игр.
19. Бокс и борьба как основные виды силовых состязаний.
20. Виды бега и их влияния на здоровье человека.
21. Развития выносливости во время занятия спортом.
22. Адаптаци профессиональных предусмотренных нагрузок.
23. Алкоголизм и его влияние на развитие полноценной личности
24. Наркотики и их влияние на развитие полноценно личности.
25. Лыжной спорт: перспективы развития.
26. Анализ системы физического воспитания в школьных заведениях.
27. Плавание и его воздействие на развитие системы опорно-двигательного аппарата.
28. Актуальные проблемы в проведении занятий по физической культуре в учебных заведениях.
29. Особенности правовой базы в отношении спорта и физической культуры в России.
30. Лечебная физическая культура.
31. Олимпийские пары древней Греции в сравнении с современными олимпийскими играми.
32. Олимпийские игры современности: пути развития.
33. Значение физической культуры в развитии личности.
34. Мой любимый вид спорта и его значение для моего развития.
35. Физическая культура в моей семье.
36. Современные виды спорта и спортивные увлечения уч-ся моей школы.
37. Адаптивная физическая культура и ее роль в жизни человека.
38. Допинги в спорте и в жизни, их роль.
39. История развития лыжного спорта (конькобежного спорта) XX веков в России и в мире.
40. Место физической культуры в общей культуре человека.
41. Прогрессивные концепции физической культуры: перестройка физического воспитания.
42. Культура здоровья, как одна из составляющих образованности.
43. Пути и условия совершенствования личной физической культуры.
44. Организация проведения физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного дня.
45. Охрана труда и техника безопасности на занятиях и уроках физической культуры, школьным спортом и туризмом.

47. Влияние на здоровье солнечного света, свежего воздуха, чистой воды, естественного питания, физических упражнений, отдыха, хорошей осанки, гигиены, закаливания и т.д. (на выбор).
48. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности.
49. Характеристика основных компонентов здорового образа жизни.
50. Средства физической культуры в повышении функциональных возможностей организма.
51. Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физическими упражнениями и спортом.
52. Современные популярные оздоровительные системы физических упражнений.
53. Цели, задачи и средства общей физической подготовки.
54. Цели, задачи и средства спортивной подготовки.
55. Самоконтроль в процессе физического воспитания.
56. Физическая культура в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.
57. Физическая культура в профилактике опорно-двигательного аппарата.
58. Средства и методы воспитания физических качеств.
59. Легкая атлетика в системе физического воспитания (техника ходьбы, бега, прыжков, метаний).
60. Моторика обучения школьников игре в баскетболе (азбука баскетбола, элементы техники броски мяча). Организация соревнований.
61. Моторика обучения школьников игре в волейбол (азбука волейбола, передачи, нападающий удар). Организация соревнований.
62. Моторика обучения школьников игре в футбол (азбука футбола, техника футбола, техника игры вратаря). Организация соревнований.
63. Характеристика внеурочных форм занятий (гимнастика до занятий, физкультминутка, физкультпауза, динамичные перемены, спорт-час)
64. Применение физических упражнений для формирования красивой фигуры.
65. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
66. История развития олимпийского движения (Древняя Греция).
67. Олимпийские Игры современности, герои отечественного спорта.
68. Здоровый образ жизни и факторы его определения.