

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 104»
(МБОУ Школа № 104)

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
МБОУ Школа № 104
протокол от 25.03.2024 № 4

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ Школа № 104
от 25.03.2024 № 112 ПД

Д.Ю. Зайцев

СОГЛАСОВАНО
Советом старшеклассников
МБОУ Школа № 104
протокол от 30.08.2024 № 1

СОГЛАСОВАНО
Управляющим советом
МБОУ Школа № 104
протокол от 25.03.2024 № 4

**Положение
об организации занятий, оценивании и аттестации обучающихся
по предмету «Физическая культура»**

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

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- приказом Министерства образования РФ, Министерства здравоохранения РФ, Государственного комитета РФ по физической культуре и спорту РАО от 16.07.2002 № 2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;
- приказом Министерства здравоохранения РФ от 30.12.2003 № 621 «О комплексной оценке состояния здоровья детей»;
- письмом Министерства образования РФ от 31.10.2003 № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой».

1. Комплектование групп и допуск обучающихся к занятиям физической культурой

1.1. Комплектование медицинских групп обучающихся для занятий физической культурой

1.1.1. В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся в зависимости от состояния здоровья распределяются на три медицинские группы:

- основная;
- подготовительная.

1.1.2. В начале каждого учебного года, медицинским работником школы заполняются листки здоровья в классном журнале с указанием медицинской группы каждого учащегося школы. Определение медицинских групп осуществляется на основании заключения о состоянии здоровья, оценки функциональных возможностей организма и уровня физической подготовленности обучающегося. Функциональные возможности организма обучающихся определяются медицинскими работниками. Занятия в этих группах отличаются учебными объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала

1.1.3. К основной медицинской группе для занятий физической культурой относят обучающихся без отклонений или с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, благоприятным типом реакции кардиореспираторной системы на дозированную физическую нагрузку и уровнем физической подготовки, соответствующим возрасту и полу.

1.1.4. К подготовительной медицинской группе для занятий физической культурой относят следующих обучающихся:

- без отклонений или с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, благоприятным типом реакции кардиореспираторной системы на дозированную физическую нагрузку и уровнем физической подготовки, не соответствующим возрасту и полу;
- с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, удовлетворительным или неблагоприятным типом реакции кардиореспираторной системы на дозированную физическую нагрузку;
- часто болеющих (три и более раз в год);
- переведенных из основной в подготовительную медицинскую группу после перенесенных заболеваний, травм и окончания сроков освобождения от занятий физической культурой на период, определяемый медицинским учреждением индивидуально.

Этой категории обучающихся разрешается заниматься физической культурой по программе для основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок (в том числе временных).

1.1.5. Медицинская группа обучающихся для занятий физической культурой определяется врачом-педиатром на основании заключений каждого специалиста, участвующего в проведении профилактических врачебных осмотров, где даются рекомендации по физическим нагрузкам и обязательно указывается медицинская группа для занятий по физической культуре.

1.1.6. Обучающиеся, не прошедшие медицинское обследование, к занятиям физической культурой не допускаются.

1.2. Изменение медицинской группы обучающихся для занятий физической культурой в течение учебного года

1.2.1. Изменение медицинской группы для занятий физической культурой устанавливается врачом-педиатром на основании особенностей динамики показателей состояния здоровья, функциональных возможностей организма и физической подготовки.

1.2.2. При положительной динамике показателей возможен перевод из специальной медицинской группы в подготовительную и из подготовительной медицинской группы — в основную. При неадекватности физической нагрузки

функциональным возможностям организма обучающегося следует перевести из основной в подготовительную или из подготовительной — в специальную медицинскую группу.

1.3. Допуск обучающихся к занятиям физической культурой

1.3.1. 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. От физических нагрузок освобождаются учащиеся, предоставившие справку врачебно-контрольной комиссии на начало каждого учебного года.

1.3.2. Перед началом занятия учителю следует проконтролировать самочувствие обучающихся. Не рекомендуется допускать к занятиям физической культурой обучающихся при:

- наличии жалоб на боли различной локализации, головокружение, тошноту, слабость, сердцебиение;
- остром периоде заболевания (повышение температуры тела, озноб, катаральные явления и др.);
- травматическом повреждении органов и тканей организма (острый период): ушиб, рана, растяжение, гематома и др.;
- опасности кровотечения (носовое кровотечение в день занятия, состояние после удаления зуба, менструальный период);
- выраженном нарушении носового дыхания, выраженной тахикардии или брадикардии (с учетом возрастно-половых нормативов).

1.3.3. Приведенные выше противопоказания для занятий физической культурой относятся к обучающимся всех медицинских групп.

1.3.4. Все обучающиеся, освобожденные от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала (или на территории стадиона) под наблюдением учителя физической культуры.

1.3.5. Учащиеся, **временно** освобожденные от физической нагрузки, от предмета «Физическая культура» не освобождаются. На уроке они изучают теоретические вопросы, проявляют себя в судействе, оценивают технику движения занимающихся и т.п., получают соответствующие оценки и домашнее задание.

1.3.6. Учитель физической культуры определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий освобожденных обучающихся:

- теоретическое изучение материала;
- интеллектуальные игры (шашки, шахматы);
- настольный теннис, бадминтон;
- посильная помощь в судействе или организации урока.

1.3.7. При пропуске уроков обучающийся обязан подтвердить причину отсутствия медицинской справкой или иным документом, который передается классному руководителю или учителю физической культуры.

1.4. Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений

При проведении занятий учителю следует обращать особое внимание и проявлять повышенную осторожность при использовании физических упражнений, потенциально опасных для здоровья детей. При наличии заболеваний следует строго дозировать физическую нагрузку обучающихся и исключить для них

физические упражнения, противопоказанные к выполнению по состоянию здоровья:

Заболевания	Противопоказания и ограничения	Рекомендации
1	2	3
Сердечно-сосудистая система (неактивная фаза ревматизма, функциональные изменения и др.)	Упражнения, выполнение которых связано с задержкой дыхания, напряжением мышц брюшного пресса и ускорением темпа движений	Общеразвивающие упражнения, охватывающие все мышечные группы, в исходном положении лежа, сидя, стоя; ходьба, дозированный бег в медленном темпе
Органы дыхания (хронический бронхит, воспаление легких, бронхиальная астма и др.)	Упражнения, вызывающие задержку дыхания и чрезмерное напряжение мышц брюшного пресса	Дыхательные упражнения, тренировка полного дыхания и особенно удлиненного выхода
Заболевания почек (нефрит, пиелонефрит, нефроз)	Недопустимы упражнения с высокой частотой движений, интенсивностью нагрузки и скоростно-силовой направленностью, переохлаждение тела	При проведении общеразвивающих упражнений особое внимание уделяется укреплению мышц передней стенки живота. При занятиях плаванием (по специальному разрешению врача) ограничивается время пребывания в воде (5-10 мин. - первый год обучения, 10-15 мин. - второй и последующие годы обучения)
Нарушения нервной системы	Упражнения, вызывающие нервное перенапряжение (упражнения в равновесии на повышенной опоре), ограничивается время игр и т.д.	Дыхательные упражнения, водные процедуры, аэробные упражнения
Органы зрения	Исключаются прыжки с разбега, кувырки, упражнения со статическим напряжением мышц, стойки на руках и голове	Упражнения на пространственную ориентацию, точность движений, динамическое равновесие, гимнастика для глаз
Хронические заболевания	Уменьшается нагрузка на мышцы брюшного	

желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря, печени	пресса, прыжки	ограничиваются
---	----------------	----------------

1.5. Спортивная форма для уроков физической культуры:
для зала

- 1-4 классы: майки или футболки, спортивные шорты или брюки, носки, кеды (кроссовки).

- 5-11 классы майки или футболки, спортивные шорты или брюки, кеды (кроссовки) в соответствии с видом спорта, изучаемого по программе.

для улицы (осенний и весенний, зимний период):

спортивный костюм, майка, носки, кеды (кроссовки), в соответствии с погодой шапки, перчатки (варежки).

2. Педагогический контроль организации занятий физической культурой

2.1. Образовательные программы физического воспитания для обучающихся различных медицинских групп

2.1.1. Занятия физической культурой обучающихся основной медицинской группы проводятся в соответствии с учебными программами в полном объеме. Разрешается посещение спортивных секций, кружков, участие в соревнованиях, подготовка и сдача нормативов физической подготовки соответственно возрасту.

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

3. Оценивание и итоговая аттестация обучающихся различных медицинских групп

3.1. Критерии оценивания обучающегося на уроках физической культуры

3.1.1. Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры в соответствии со следующими требованиями:

3.1.1.1. Отметка «5» ставится, если:

- упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, без напряжения, уверенно;
- на уроках постоянно демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков;
- выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе;
- в играх учащийся показал знание правил игры, умение пользоваться изученными упражнениями для быстрого достижения индивидуальных и коллективных целей в игре;

- овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастикой, оказания посильной помощи в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры;
- успешно сдает или подтверждает все требуемые для своего возраста нормативы по физической культуре.

3.1.1.2. Отметка «4» ставится, если:

- упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, но недостаточно уверенно;
- выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе;
- есть положительные изменения в физических возможностях учащихся, которые зафиксированы учителем физической культуры;
- успешно сдает или подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре для своего возраста;
- в играх учащийся показал знание правил игры, но недостаточно уверенно умеет пользоваться изученными движениями для быстрее достижения результатов в игре;
- овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастикой, оказания посильной помощи в судействе или организации урока, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

3.1.1.3. Отметка «3» ставится, если:

- упражнение выполнено правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки;
- в играх учащийся показал знание лишь основных правил, но не всегда умеет пользоваться изученными движениями;
- выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе;
- частично овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастикой, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

3.1.1.4. Отметка «2» ставится, если:

- упражнение выполнено неправильно, с грубыми ошибками;
- в играх учащийся показал слабое знание правил, неумение пользоваться изученными упражнениями;
- не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры;
- не демонстрирует положительных изменений своих физических возможностей, которые должны быть зафиксированы учителем физической культуры;
- не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств;
- не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастикой, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

3.1.2. Годовая отметка выставляется с учетом теоретических и практических знаний, а также с учетом динамики физической подготовленности.

4. Требования к посещению уроков обучающимися, освобожденными от практических занятий по физической культуре, и критерии оценивания

4.1. 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.

4.2. 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.

4.3. Критерии оценивания обучающихся:

4.3.1. Для обучающихся, освобожденных от практических занятий по физической культуре на период не более 50% одной четверти, учитель физической культуры определяет на урок теоретическое задание, которое соответствует запланированному в рабочей программе учебному материалу.

4.3.2. 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. Отметка «5» ставится за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности. Отметка «4» ставится за тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

Отметка «2» ставится за незнание материала программы, отказ от выполнения задания учителя.

4.3.3. Учитель физической культуры может оценить положительно (оценкой «4» или «5»)

помощь обучающегося в проведении судейства, соревнований и тд.

4.3.4. Для обучающихся 2-4-х классов, освобождённых от практических занятий по физической культуре, учитель физической культуры определяет на урок теоретическое задание, которое соответствует запланированному в рабочей программе учебному материалу.

4.3.5. Обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре на период более 50% четверти (в том числе на полугодие или учебный год) готовят по физической культуре письменные сообщения (5-8 классы, 10-е классы), рефераты (9,11-е классы).

Требования к подготовке и выполнению письменных сообщений, рефератов по физической культуре.

1. Тема письменного сообщения, реферата определяется учителем физкультуры, исходя из содержания программного материала.

2. Письменное сообщение, реферат являются самостоятельной работой обучающегося.

3. Письменное сообщение готовится в объёме не более 2-х страниц печатного текста (14 шрифт, 1,5 интервал). Реферат не более 10 страниц печатного текста (14 шрифт, 1,5 интервал).

Структура реферата:

- в вводной части – ответить на вопрос: почему эта тема так важна для общества и тебя лично;

- краткая характеристика вида спорта или оздоровительной системы, её особенности, разновидности и основные правила;

- история развития и состояние на сегодняшний день, достижения и перспективы развития в будущем (школы, город, Россия, мир + выбор, олимпийские достижения – обязательно)

- значение данного вида спорта или оздоровительной системы для развития у спортсменов:

а) физических качеств (быстроты, выносливости и т.п.).

б) основы техники или системы упражнений по данному виду спорта.

в) развитие психологических, эстетических, нравственных (личностных) качеств.

г) основы тактических действий при взаимодействии, играя в нападении и защите.

д) требования по технике безопасности при проведении самостоятельных занятий и тренировок, и на соревнованиях данного вида спорта.

- заключение: значение данного вида спорта (системы упражнений) для физического и личностного развития. Достижения школы (команды, личностные достижения, планы на будущее).