

СОГЛАСОВАНО  
Совет учреждения  
« 17» января 2018 г



ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
Протокол № 5 от 20.12.2017

**Положение  
о порядке посещения уроков физической культуры и  
аттестации учащихся по физической культуре  
в Кировском областном государственном общеобразовательном бюджетном уч-  
реждении «Средняя школа с углубленным изучением отдельных предметов имени  
Героя Советского Союза Зюнова Н.Ф. пгт Юрья»**

**1. Общие положения.**

- 1.1. Положение о порядке посещения уроков физической культуры и аттестации учащихся по физической культуре (далее - Положение) устанавливает порядок посещения учебных занятий по физической культуре и порядок промежуточной и итоговой аттестации учащихся по физической культуре.
- 1.2. Регламентируется:
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (1-11);
  - Федеральным законом от 01.12.2007 г. № 309 (ред. от 23.07.2013 г.) «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части изменения и структуры Государственного образовательного стандарта» (7-11);
  - Приказом Минобрнауки России от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (7-11);
  - Приказом Минобрнауки России 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» (7-11);
  - Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1015 (1-11);
  - Приказом Минобрнауки России 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» (1-11);
  - Приказом Минобрнауки №38 от 26.01.2016г. "О внесении изменений в Федеральный перечень учебников, утвержденный приказом №253 от 31.03.2014г." (1-11)
  - Методическими рекомендациями по разработке рабочих программ учебных предметов, курсов (приложение к письму Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга № 03-20-1587/16-0-0 от 04.05.2016г. (1-11)
  - Примерной программой по предмету (физическая культура).
  - Положением о рабочей программе КОГОБУ СШ с УИОП пгт Юрья (1-11)
  - Учебным планом КОГОБУ СШ с УИОП пгт Юрья (1-11).
- 1.3. Данное Положение является локальным актом, регламентирующим деятельность педагогического коллектива по порядку посещения уроков физической культуры учащимися, промежуточной и итоговой аттестации учащихся по физической культуре, и

принимается педагогическим советом школы.

## **2. Требования к спортивной форме учащихся на уроках физической культуры.**

2.1. Все учащиеся, допущенные к занятиям по физической культуре, обязаны являться на уроки по физической культуре в спортивной форме.

2.2. Во время занятий в спортивном зале, в осенне-весеннее время в тёплую погоду на стадионе или на пришкольной спортивной площадке спортивной формой может быть следующий набор чистых вещей:

2.2.1. Футболка

2.2.2. Шорты, лосины, спортивные штаны

2.2.3. Лёгкий спортивный костюм

2.2.4. Носки

2.2.5. Кеды, кроссовки ( не футбольные бутсы)

2.2.6. Легкая спортивная шапочка

Школьные брюки и джинсы спортивной формой не являются.

2.3. Во время лыжной подготовки учащиеся должны иметь в качестве спортивной одежды следующий набор вещей:

2.3.1. Тёплый спортивный костюм

2.3.2. Ветровка или лёгкая куртка

2.3.3. Спортивная шапка.

2.3.4. Варежки или рукавицы.

Лыжный инвентарь ребёнок приносит из дома.

2.4. 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.

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

2.5. Любой учащийся, находящийся на уроке физической культуры обязан выполнять технику безопасности и правила поведения в спортивном зале и на стадионе согласно регламенту школы.

## **3. Посещение уроков физической культуры учащимися, относящимися по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе, и их аттестация по физкультуре.**

3.1. Учащиеся, относящиеся по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе (СМГ), занимаются на уроках физической культуры по общей программе по физической культуре данного образовательного учреждения.

3.2. При оценивании учащихся, отнесённых к СМГ учитель по физической культуре руководствуется следующими критериями оценки:

3.2.1. сформированность навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима учащегося;

3.2.2. техника выполнения упражнений и двигательных действий учащимся

3.2.3. динамика в развитии физических качеств и способностей учащегося

3.2.4 регулярное посещение уроков по физической культуре, старательное выполнение заданий учителя.

3.2.5. в аттестаты об основном общем образовании и среднем общем образовании учащимся, отнесённым по состоянию здоровья к подготовительной группе и СМГ, обязательно выставляется оценка по физической культуре.

#### **4. Посещение уроков физической культуры учащимися, временно освобождёнными от занятий физкультурой.**

4.1. Учащиеся, временно освобождённые от уроков физкультуры (на 1-2 урока), должны находиться в спортивной форме на уроке физической культуры, теоретически изучать учебный материал, преподаваемый во время урока, и выполнять все указания учителя физической культуры.

4.2. В классном журнале учителем не проставляется отметка об отсутствии или освобождении от уроков физической культуры данного учащегося.

#### **5. Посещение уроков физической культуры учащимися, освобождёнными от уроков физкультуры на длительный период ( на10 дней, 2 недели, на год)**

5.1. Учащиеся, освобождённые от уроков физкультуры после болезни (от 10 дней ), должны находиться в спортивной форме на уроке физической культуры, теоретически изучать учебный материал, преподаваемый во время урока, и выполнять все указания учителя физической культуры.

5.2. Учащиеся, освобождённые от уроков физкультуры на год, могут не посещать данные уроки, если уроки стоят первыми и последними по расписанию, при наличии справки об освобождении от лечащего врача и заявления от родителей (законных представителей) данной категории учащихся, на имя директора школы, с просьбой разрешить не посещать уроки физической культуры и об ответственности родителей за жизнь и здоровье ребёнка во время уроков физкультуры.

5.3. При проведении занятий физической культуры на открытом воздухе в осеннее – весенний и зимний период обучающиеся, освобожденные от уроков физической культуры на длительный период (от 10 дней), присутствуют на уроке, находясь на пришкольной территории, двигаясь по указанному маршруту в поле зрения учителя по физической культуре.

#### **Пользование гаджетами, сотовыми телефонами и другой техникой запрещено!**

5.4. В соответствии с п.4.2. учитель физической культуры в классном журнале не ставит отметку об отсутствии учащегося на уроке.

5.5. Учащиеся, освобождённые от уроков физической культуры на год, готовят самостоятельно или под руководством учителя теоретический материал по темам данным учителем в виде написания реферата или работы по учебнику.

5.6. Учащемуся для аттестации в четверти необходимо получить не менее 3 оценок.

#### **6. Аттестация учащихся по физической культуре.**

6.1. Аттестация учащихся по физической культуре производится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации 1-11-х классов государственных, муниципальных и негосударственных общеобразовательных учреждений РФ».

6.2. Если учащийся, освобождённый от уроков физкультуры, не посещал уроки физической культуры согласно заявлению родителей (законных представителей), учитель в классном журнале в графе четвертная (полугодовая, годовая, итоговая) оценка, ставит оценку, которую учащийся получил при подготовке теоретического материала.

6.3. Учащиеся, освобожденные от уроков физкультуры и находящиеся в зале должны внимательно следить за ходом урока, и отвечать на поставленные, учителем физкультуры, вопросы по теме урока.

6.4. Если учащийся не посещал уроки физической культуры без уважительной причины, учитель физкультуры в графе четвертная (полугодовая, годовая, итоговая) оценка ставится «не аттестован - н/а», и эта оценка является отрицательной.

## **Темы рефератов и теоретических заданий для учащихся 1-4 классов**

### **1.класс:**

1. Рисунок на заданную тему
2. Разучить правила подвижной игры
3. Составить с помощью родителей, законных представителей ребус на заданную тему.
4. Составить с помощью родителей, законных представителей кроссворд на заданную тему.

### **2.класс:**

1. Возникновение первых спортивных соревнований.
2. Появление мяча, упражнений и игр с мячом.
3. История зарождения древних Олимпийских игр.
4. Физические упражнения, их отличие от естественных движений.
5. Расскажите о физическом качестве «сила» и о том, как ее развивать.
6. Расскажите о физическом качестве «быстрота» и о том, как ее развивать.
7. Расскажите о физическом качестве «выносливость» и о том, как ее развивать.
8. Расскажите о физическом качестве «гибкость» и о том, как ее развивать.
9. Расскажите о физическом качестве «равновесие» и о том, как ее развивать.
10. Расскажи о закаливании организма (обтирание).
11. Ребус на свободную тему по физической культуре и оздоровлению школьника
12. Кроссворд на свободную тему по физической культуре и оздоровлению школьника

### **3.класс:**

1. Физическая культура у народов Древней Руси.
2. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные).
3. Спортивные игры: футбол.
4. Спортивные игры: волейбол.
5. Спортивные игры: баскетбол.
6. Физическая нагрузка и ее влияние на сердечнососудистую систему.
7. Закаливание организма (обливание, душ).
8. Расскажите об организации режима дня. Что он в себя включает и каково его значение для здоровья человека?
9. Физическая культура в твоей семье
10. Коррекция зрения с помощью зарядки для глаз.
11. Ребус на свободную тему по физической культуре и оздоровлению школьника
12. Кроссворд на свободную тему по физической культуре и оздоровлению школьника

### **4.класс:**

1. Самоконтроль в процессе физического воспитания.
- 2.Повышение иммунитета и профилактика простудных заболеваний.
- 3.Физическая культура в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.
- 4.Физическая культура в профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата.
  5. Способы улучшения зрения.
  6. Современные популярные оздоровительные системы физических упражнений.
  7. Методики применения средств физической культуры для направленной коррекции телосложения .
  8. Методика обучения школьников игре в баскетбол (азбука баскетбола, элементы техники, броски мяча). Организация соревнований.
  9. Лыжная подготовка в системе физического воспитания (основы техники передвижения, способы лыжных ходов, преодоление подъемов и спусков, подбор инвентаря).
  10. Легкая атлетика в системе физического воспитания (техника ходьбы, бега, прыжков, метаний).

11. Методика обучения школьников игре в волейбол (азбука волейбола, передачи, нападающий удар). Организация соревнований.

12. Методика обучения школьников игре в футбол (азбука футбола, техника футбола, техника игры вратаря). Организация соревнования!

13. Ребус на свободную тему по физической культуре и оздоровлению школьника.

14. Кроссворд на свободную тему по физической культуре и оздоровлению школьника

### **Темы рефератов и теоретических заданий для учащихся 5-9 классов**

1. Что говорят мифы и легенды об истории возникновения первых Олимпийских игр?
2. Расскажите об истории возрождения Олимпийских игр, роли Пьера де Кубертена в развитии современного олимпийского движения.
3. Основные правила освоения двигательных действий.
4. Расскажите о физическом качестве «сила» и о том, как ее развивать.
5. Расскажите о физическом качестве «быстрота» и о том, как ее развивать.
6. Расскажите о физическом качестве «выносливость» и о том, как ее развивать.
7. Расскажите о физическом качестве «гибкость» и о том, как ее развивать.
8. Расскажите о физическом качестве «равновесие» и о том, как ее развивать.
9. Расскажите, как влияют регулярные занятия физическими упражнениями на здоровье человека, на развитие органов дыхания, кровообращения.
10. Расскажите об основных закаливающих процедурах (солнцем, воздухом, водой), их влиянии на здоровье человека.
11. Правила подготовки мест занятий по физической культуре, выбора спортивной одежды, обуви.
12. Первая помощь при ушибах и кровотечениях во время занятий физическими упражнениями.
13. Основные правила самостоятельного контроля физической работоспособности.
14. Физическая культура в семье.
15. Сведения о личной гигиене и режиме дня.
16. Герои Олимпийских игр.
17. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.
18. Расскажите об организации режима дня. Что он в себя включает и каково его значение для здоровья человека?
19. Ребус на заданную тему по физической культуре и оздоровлению школьника
20. Кроссворд на заданную тему по физической культуре и оздоровлению школьника
21. Организация физкультурно-спортивных мероприятий («Положение», алгоритм, принципы, системы розыгрыша, первенства, спартакиады).
22. Особенности занятий избранным видом спорта.
23. Основы и организация школьного туризма.
24. Правила разведения костров, виды костров.
25. Разновидности туризма.
26. Туристические узлы от 5-10 шт. (показ на практике)
27. Комплекс упражнений на развитие физического качества «быстрота»
28. Комплекс упражнений на развитие физического качества «сила»
29. Комплекс упражнений на развитие физического качества «координация»
30. Комплекс упражнений на развитие физического качества. «выносливость»
31. Комплекс упражнений на развитие физического качества. «гибкость»
32. Комплекс упражнений на развитие дифференцированных физических качеств 33
- Утренняя гимнастика, влияние на гармоничное пробуждение
33. Комплекс утренней гимнастики
- 35 Развитие экстремальных видов спорта
36. Роль физической культуры в жизни человека

37. Спорт высших достижений
38. Питание спортсменов
39. Настольный теннис, спортивная игра, правила.
40. Легкая атлетика, как средство физического воспитания.
41. Спортивная гимнастика как средство физического воспитания.
42. Художественная гимнастика. Красота движения в спорте.
43. Биатлон. Сочетание двух противоположностей.
44. Лыжные гонки. Королева зимнего спорта.
45. Конькобежный спорт. Как научиться кататься.
46. Занятия на коньках. Подвижные игры и задания на координацию.
47. Зимние виды спорта и их популярность.
48. Символика Олимпийского движения. История возникновения.
49. Формы физической культуры. ( Утренняя гимнастика, физкультминутка, урок и т.д.)
50. Велосипед, ролики, скейт, самокат как средства развития координационных способностей.
51. ГТО - всероссийское движение. Здоровый образ жизни.
52. Бокс и борьба как основные виды силовых состязаний.
53. Виды бега и их влияние на здоровье человека.
53. Плавание и его воздействие на развитие системы опорно-двигательного аппарата.
54. Профилактика плоскостопия у детей и подростков.
55. Профилактика нарушения осанки у детей и подростков.
56. Профилактика нарушения зрения
57. Скандинавская ходьба, доступный способ вести здоровый образ жизни.
58. Бадминтон, спортивная игра, правила.
59. Тема предложенная самим учащимся....

### **Темы рефератов и теоретических заданий для учащихся 10-11 классов**

1. Олимпийские игры древней Греции в сравнении с современными олимпийскими играми.
2. Олимпийские игры современности: пути развития.
3. Значение физической культуры в развитии личности.
4. Мой любимый вид спорта и его значение для моего развития.
5. Физическая культура в моей семье.
6. Современные виды спорта и спортивные увлечения учащихся моей школы.
7. Адаптивная физическая культура и ее роль в жизни человека.
8. Допинги в спорте и в жизни, их роль.
9. История развития лыжного спорта (конькобежного спорта) 20 века в России и в мире.
10. Место физической культуры в общей культуре человека.
11. Культура здоровья как одна из составляющих образованности.
12. Пути и условия совершенствования личной физической культуры.
13. Влияние на здоровье (на выбор) солнечного света свежего воздуха, чистой воды, естественного питания, физических упражнений, отдыха, хорошей осанки, голодания, гигиенических факторов, закаливания и т. д.
14. Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни, повышения долголетия человека.
15. Профилактика заболеваний и укрепление здоровья средствами физической культуры и закаливания.
16. Современные виды двигательной активности.
17. Двигательная активность и здоровье человека.
18. Гиподинамия - болезнь неподвижного образа жизни.
19. Вредные привычки: профилактика и их предупреждение средствами физической

культуры.

20. Планирование и контроль индивидуальных физических нагрузок в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.

21. Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.

22. Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов.

23. Использование общеразвивающих и корригирующих упражнений в решении задач физического развития и укрепления здоровья.

24. Возрастные особенности развития основных физических качеств (силы, быстроты и выносливости).

## Приложение 2

### **Правила поведения и техника безопасности на уроках физической культуры**

#### **Вводные правила:**

- Во время проведения занятий по физкультуре вероятно воздействие на обучающихся таких факторов: травмы при падении на твердом покрытии или грунте, травмы при нахождении в секторе броска, травмы вследствие плохой разминки, травмы при столкновении и нарушении правил спортивных игр или обращения со спортивным инвентарем. Для минимизации рисков необходимо придерживаться техники безопасности;
- К занятиям по физической культуре допускаются только ученики, которые прошли инструктаж по технике безопасного поведения;
- На уроках по физической культуре участвуют только ученики, которые имеют соответствующий уровень допуска из медицинского учреждения и предоставили преподавателю документ;
- Ученики, имеющие полное либо частичное освобождение от занятий по физкультуре, должны присутствовать на уроке.
- После болезни ученики обязаны предоставить преподавателю справку из медицинского учреждения;
- Учащиеся для занятий по физической культуре обязаны иметь при себе чистую спортивную обувь и спортивную форму, которые должны соответствовать месту проведения занятий. В случае если урок проводится на улице, спортивная одежда и обувь должна соответствовать текущим погодным условиям;
- На занятиях физкультуры запрещено жевать жевательную резинку или употреблять пищу;
- После физической нагрузки ученикам нельзя пить холодную воду во избежание простудных заболеваний.

#### **Правила поведения и техника безопасности перед уроком физической культуры:**

- Ученики должны переодеваться в специально отведенном для этих целей помещении - раздевалке. Мальчики и девочки должны переодеваться в отдельных помещениях. На занятие ученик должен выходить в спортивной форме и обуви;
- Перед уроком необходимо снять с себя и убрать из карманов все предметы, которые могут представлять собой опасность при занятиях физкультурой - браслеты, перстни, часы и так далее.;
- С разрешения учителя школьники могут приходить на место проведения урока;
- Перед уроком физкультуры с разрешения преподавателя ученики могут аккуратно подготовить спортивный инвентарь;

- Услышав команду, ученики должны встать в строй для начала проведения урока физкультуры.

### **Правила поведения и техника безопасности во время урока физической культуры:**

- Необходимо внимательно слушать и неукоснительно выполнять инструкции учителя по технике безопасности на уроках физкультуры;
- Выполнять упражнения и брать спортивный инвентарь можно только после соответствующего разрешения преподавателя;
- Выполняя групповой забег на короткую дистанцию, бежать только по своей дорожке;
- При забеге для минимизации риска падения и столкновения после пересечения финишной черты школьник не должен резко останавливаться;
- Нельзя выполнять прыжки на рыхлом, скользком или неровном грунте, также нельзя приземляться после прыжка на руки;
- Перед выполнением упражнений метания необходимо удостовериться в отсутствии в секторе броска людей или посторонних предметов. Также нельзя стоять справа вблизи от метаемого, находится в зоне броска во время упражнения и ходить за снарядами без разрешения преподавателя;
- Во время упражнений выполнять соответствующие правила техники безопасности: соблюдать дистанцию, избегать несанкционированных падений, столкновений и так далее;
- Ученикам запрещено несанкционированно менять траекторию движения, резко останавливаться, делать опасные движения или броски предметов, выполнять упражнения на брусьях и перекладине с влажными ладонями, баловаться и мешать проведению занятия;
- При ухудшении самочувствия или получении травмы школьник обязан немедленно прекратить занятие физическими упражнениями и сообщить об этом преподавателю.

### **Правила поведения и техника безопасности после урока физической культуры:**

- При необходимости и с разрешения преподавателя ученики убирают спортивный инвентарь;
- Ученики после разрешения учителя по физкультуре организованно и спокойно покидают место спортивных занятий и идут в раздевалку;
- Учащиеся переодеваются в школьную одежду и обувь;
- Школьники хорошо моют с мылом руки и умываются.