

***ПРЕПОДАВАНИЕ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
в 2012-2013 учебном году***

**В соответствии с требованиями СанПиН
2.4.2.2821-10 количество часов в неделю,
отведенное на изучение предмета Физическая
культура в 1-11 классах следующее:**

**Общеобразовательные
и профильные классы:**

1-11 класс: 3 часа

**Профильные классы
(углубленное изучение физкультуры)**

10-11 класс: 4 часа

Выполнение требований стандартов

1. При составлении рабочих программ необходимо учитывать различия требований ФГОС второго поколения 2009 г. и Федерального компонента государственного стандарта (ФКГС) 2004 г.

2. Все структурные элементы рабочей программы должны быть четко выделены и соответствовать требованиям, определенным письмом Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. N 28-02-484/16 и письмом Министерства образования и молодежной политики ЧР от 16.04.2009 г. № 10/11-2005.

Рабочие программы по физической культуре должны предусматривать такое распределение содержания, которое рассчитано на поступательное формирование и развитие двигательных навыков и физических качеств обучающихся в соответствии с физиологическими особенностями развития организма ребенка.

Особое внимание необходимо уделить контролю за уровнем усвоения учебного материала. В структуре программы контрольные средства должны находиться в логической взаимосвязи с содержанием учебного материала. В данный пункт рабочей программы может быть включен перечень вопросов для итогового контроля. Формы и виды контроля должны планироваться и фиксироваться в учебно-тематическом плане.

Структурные элементы рабочей программы учителя

1. Титульный лист
2. Пояснительная записка
3. Учебно-тематический план (перечень разделов или модульных блоков, последовательность их изучения; количество часов на изучение каждого; вид занятий (теоретические или практические, количество часов); деление на виды деятельности и формы; формы и методы контроля и др)
4. Содержание тем учебного курса (поурочное планирование)
5. Требования к уровню подготовки обучающихся, обучающихся по данной программе
6. Перечень учебно-методического обеспечения. Список литературы
7. Приложения к программе (основные понятия курса; списки тем рефератов;-темы проектов; темы исследовательских и творческих работ)

При оформлении рабочих программ встречаются следующие недостатки:

- использование программ без предварительной экспертизы и утверждения;
- противоречие рабочей программы содержанию Устава и соответствующих локальных актов общеобразовательного учреждения;
- добавление к материалу рабочих программ ксерокопий из методических изданий без соответствующих ссылок на источники;
- ссылки на устаревшие источники, на специальную научно-методическую периодику и материалы сети Интернет;
- «слепое» копирование содержания примерных программ без учёта локальных интересов общеобразовательного учреждения;
- отсутствие отдельных обязательных разделов программы (например: «Содержание программного материала», «Формы и средства контроля»).

Рекомендации по выбору УМК по физической культуре

■ комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов/ под редакцией В. И. Лях и М. Я. Виленский. М.: Просвещение, 2011 года. УМК включает программу, учебник, методическое пособие, дидактические материалы. (Преработанное издание, в соответствии с требованиями ФГОС 2009 г., или вновь переизданное и реализующее требования БУП 1998).

- Матвеев А. П., Программа «Физическая культура. 5-11 классы. Базовый и профильный уровни. – М.: Просвещение, 2007-2011 года. (Преработанное издание, в соответствии с требованиями ФГОС 2009 г., или вновь переизданное и реализующее требования БУП 1998).

Особенности преподавания предмета «Физическая культура» в 2012/2013 учебном году

1. Рекомендуется использование проектно-исследовательской деятельности в рамках самостоятельной, домашней работы. Например, в преддверии олимпиады 2014 г. в г. Сочи в 2012-2013 учебном году предпочтительна олимпийская тематика проектов («Олимпиада в Сочи – личности и достижения»; «Развитие Олимпийских видов спорта в Чувашии» и др.)
2. Рекомендуется рассмотреть вопрос о безотметочном обучении во 2-4 классах на уроках физической культуры в соответствии с письмом Минобрнауки РФ от 3 октября 2003 г. N 13-51-237/13 « О ВВЕДЕНИИ БЕЗОТМЕТОЧНОГО ОБУЧЕНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОМУ ИСКУССТВУ, МУЗЫКЕ в целях выполнения требований ФГОС к результатам обучения в значении личностного роста обучающихся.
3. При организации занятий с обучающимися, отнесенными к специальной медицинской группе «А» необходимо руководствоваться рекомендациями «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья» в соответствии с письмом Минобрнауки России от 30 мая 2012 г. № МД-583/19.
4. Рекомендуется использовать электронные методические пособия, к допущенным Минобрнауки РФ учебникам
5. Рекомендуется организовать мониторинг физического развития обучающихся с 1 по 11 класс на основании Письма Минобрнауки РФ от 29.03.2010 N 06-499 «О проведении мониторинга физического развития обучающихся»

Методические рекомендации по использованию 3 часа по предмету «Физическая культура» в 1-11 классах

- 1. Третий урок физической культуры включается в сетку расписания учебных занятий и рассматривается как *обязательная* форма организации учебного процесса, ориентированного на образование обучающихся в области физической культуры.**
- 2. Замена урока в рамках 3-го часа физической культуры массовыми мероприятиями, днями здоровья и др. недопустима.**
- 3. Планирование уроков в рамках 3-го часа физической культуры может осуществляться как за счет отведения часов на изучение отдельных блоков программы по физической культуре, так и за счет модульной программы, например «Ритмическая гимнастика» и т.д.**
- 4. Проведение урока в рамках 3-го часа физической культуры должно быть направлено, прежде всего, на увеличение двигательной активности.**
- 5. Формы проведения урока в рамках 3-го часа физической культуры могут быть следующие:**
 - увеличение двигательной активности обучающихся в соответствии с программным материалом через подвижные игры;**
 - углубленное изучение одного или нескольких разделов программы (Спортивные игры, Гимнастика (включая Художественную гимнастику, Ритмику, Хореографию, Аэробику и т. д.) Лыжная подготовка и т.д.);**
 - включение национальных видов спорта (Лапта..., Русские единоборства, бадминтон, теннис и т.д.).**

Все эти виды могут включаться в рабочую программу как модульные блоки параллельно с проведением 2-х часовых занятий основной учебной программы.

Рекомендации по заполнению журнала, с учетом 3-го часа физической культуры

1. Новый раздел (легкая атлетика, баскетбол, волейбол, гимнастика и т.д.) начинается с записи инструктажа по технике безопасности в графе «Что пройдено (изучено) на уроке» (Например: «Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики. Техника метания теннисного мяча»). Определяется основная методическая задача урока согласно календарно-тематическому планированию и указывается одна из народных, подвижных, спортивных игр. (Например: «Спринтерский бег. Техника низкого старта. Игра «Салки»; «Особенности техники стартового разгона. Народная игра «Два мороза»»; «Соревнования в спринтерском беге на 30 м. Подвижная игра «Третий лишний»» и т.д.). Не допускаются следующие записи: «Прыжок через козла», «Бег 30 м».
2. При проведении трёхразовых занятий физической культурой в неделю в графе «Что пройдено (изучено) на уроке» каждый третий урок может, записывается согласно календарно-тематическому планированию с учётом прохождения программного материала следующим образом: Урок-игра..., -соревнование, -викторина, -экскурсия, и т.д.
3. В графе «Домашнее задание» записывается домашнее задание согласно календарно-тематическому или поурочному планированию и согласовывается с темой проведенного урока (Например: «Составить комплекс общеразвивающих упражнений», «карточка – задание №5» и т.д.).
4. Отметки по физической культуре могут выставляться на каждом уроке за любые слагаемые программного материала (усвоение контрольного двигательного умения, домашнее задание и т.д.).
5. Итоговая оценка успеваемости за четверть, полугодие и год выводится с учетом всех отметок, полученных школьником за этот период, причем особое внимание уделяется тем из них, которые отражают знания, умения и навыки, обусловленные ведущими задачами данного года обучения. Годовая оценка должна отражать успеваемость школьника по всей программе курса для данного класса.

Домашние задания по предмету «физическая культура»

Цель домашних заданий – способствовать успешному овладению двигательными навыками, развитию двигательных качеств, выполнению требований учебной программы.

Системные задания на протяжении всего учебного года по содержанию одни и те же, дифференцируется только нагрузка при их выполнении и количество подходов. Они направлены на достижение и поддержание оптимального развития двигательных качеств.

Тематические домашние задания решают задачу целенаправленной подготовки обучающихся к освоению отдельных разделов учебной программы, играющих главенствующую роль при освоении того или иного учебного материала.

Сроки выполнения домашних заданий могут быть:

- ▣ Долговременными – на 30 дней и более;
- ▣ Средней длительности – на две недели, на определенную серию уроков, в течение которых проходит обучение тому или иному двигательному действию;
- ▣ Кратковременными – на неделю, до следующего урока.

Контроль домашних заданий может осуществляться, прежде всего, на уроках и может состоять в проверке: правильности выполнения упражнений, сдвигов количественных и качественных показателей, повышения уровня физической подготовленности, выполнения теоретических заданий

Выполнение требований СанПиН 2.4.2.2821-10

1. При спортивных залах в существующих общеобразовательных учреждениях должны быть предусмотрены снарядные; раздевальные для мальчиков и девочек. Рекомендуется оборудовать при спортивных залах отдельные для мальчиков и девочек душевые, туалеты.

2. Температура воздуха в зависимости от климатических условий в спортзале и комнатах для проведения секционных занятий - 17 - 20 С.

3. Уроки физической культуры и занятия спортивных секций следует проводить в хорошо аэрируемых спортивных залах.

Необходимо во время занятий в зале открывать одно или два окна с подветренной стороны при температуре наружного воздуха выше плюс 5 С и скорости движения ветра не более 2 м/с. При более низкой температуре и большей скорости движения воздуха занятия в зале проводят при открытых одной - трех фрамугах. При температуре наружного воздуха ниже минус 10 С и скорости движения воздуха более 7 м/с сквозное проветривание зала проводится при отсутствии учащихся 1 - 1,5 минуты; в большие перемены и между сменами - 5 - 10 минут.

При достижении температуры воздуха плюс 14 С проветривание в спортивном зале следует прекращать.

4. В спортивных залах уровни освещенности должен соответствовать 200 лк.

5. Необходимо проводить чистку осветительной арматуры светильников по мере загрязнения, но не реже 2 раз в год и своевременно заменять перегоревшие лампы.

6. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

7. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

8. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

9. Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

10. Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%.

11. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.

12. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2 - 3 классах - 1,5 ч., в 4 - 5 классах - 2 ч., в 6 - 8 классах - 2,5 ч., в 9 - 11 классах - до 3,5 ч.

13. Спортивный инвентарь подлежит ежедневной обработке моющими средствами. После каждого занятия спортзал проветривают не менее 10 минут. Спортивные маты ежедневно протирают мыльно- содовым раствором.

Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе

| | без ветра | при скорости ветра до 5 м/сек | при скорости ветра 6-10 м/сек | при скорости ветра более 10 м/сек |
|-----------|-----------|-------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|
| до 12 лет | - 9°C | - 6°C | - 3°C | Занятия не проводятся |
| 12-13 лет | - 12°C | - 8°C | - 5°C | |
| 14-15 лет | - 15°C | - 12°C | - 8°C | |
| 16-17 лет | - 16°C | - 15°C | - 10°C | |