МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «КОШЕХАБЛЬСКИЙ РАЙОН» «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»

Рассмотрен

на заседании Педагогического совета

МБОУ СШ №2

Протокол № 3

от 15.01.2020г

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №2

Э.Х.Пиштикова _____

Приказ № 5 **от** 15.01.2020г.

Согласовано:

Методическим Советом Совета

учителей физической культуры

МБОУ СОШ №2

Протокол № 2

от 10.01.2020г.

Рассмотрено:

на заседании Управляющего

МБОУ СОШ №2

Протокол № 2

от 10.01.2020г

Председатель УС

Тхаркахова Дж.С.

Положение

о проведении уроков физической культуры

МБОУ СОШ №2 МО “Кошехабльский район”

1. Общие положения

Настоящее Положение разработано в соответствии со следующими нормативным правовым актам:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

- Федеральным Законом Росситйской Федерации от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Порядок организации осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам-образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного Министерства образования и науки Россиской Федерации от 30.08.2013 №1015;

- Порядок проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.12.2013 №1400;

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373;

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2010 №1897;

-Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413;

- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях» Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.10.2010 № ИК-1494/19 «Овведении третьего часа физической культуры»;

- Положением о порядке зачета результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики,

дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность от 30.08.2019

Настоящее Положение определяет требования к организации и проведению урока физической культуры МБОУ СОШ №2

2. Группы здоровья. Порядок определения группы здоровья для занятий физической культурой.

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 заключения врача.

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 относятсяобучающиеся с недостаточном физическим развитием и низкой физической подготовительностью или имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья. Этой категории обучающихсяразрешается 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 относятся обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы.

В специальную медицинскую группу входят две подгруппа «А» (обучающиеся с обратными заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий могут быть переведены в подготовительную группу) и подгруппа «Б» (обучающиеся с патологическими отклонениями (необратимыми заболеваниями). Комплектование медицинских групп осуществляется на основании оценки функциональных возможностей организма и уровня физической подготовленности обучающегося и заключения врача о состоянии здоровья.

Функциональные возможности организмаобучающихся определяются

медицинскими работниками. Уровень физической подготовки определяются ежегодно учителем физической культуры в начале и в канце учебного года по результатам выполнения контрольных упражнений. Определение уровня физической подготовки обучающихся разрешается только при наличии допуска от врача. **Обучающиеся, не прошедшие медицинские обследование, не допускаются к практическим занятиям физической культурой и могут быть не аттестованы по данному предмету. Обучающиеся , не прошедшие возрастную диспансеризацию, не допускаются к практическим занятям физической культурой и могут быть не аттестованы по данному предмету** (основание: Приказ № 514 от 10.08.2017 Минздрав РФ «О Порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних »(с изменениеми и дополнениями). Медицинская группа для занятий физической культурой каждого обучающегося заносится в «Листок здоровья».

2.4. Отнесение ребенка к соответствующий группе здоровья происходит на основании Листа здоровья в Журнале листов здоровья обучающихся, заполненного медицинским персоналом в срок до 10 сентября нового учебного года. Ответственность за обеспечение заполнения листов здоровья возлогается на классных руководителей.

2.5. Классный руководитель совместно с медицинским работникам в школе в начале учебного года выявляет (на основании предоставленного врачом медицинского заключения или медицинской справки, представленной родителями) обучающихся, освобожденных от занятий физкультурной на учебный год, и предоставляет список учителям физической культуры.

2.6. В течение учебного года классный руководитель совместно с медицинским персоналом обеспечивает корректировку групп здоровья по итогам медицинских документов и результатов обследований.

2.7. Хранение журнала листов здоровья в течение учебного года обеспечивается медицинским работником. Второй экземпляр «Листок здоровья» должен быть передан учителю физической культуры.

2.8. Классный руководитель совместно с родителями определяет порядок посещения уроков физкультуры освобожденными обучающимися и форму опроса по предмету в рамках данного положения. Заявления от родителей о пордке посещения и форме опроса предоставляется классному руководителю.

3. Требования к внешнему виду и посещению уроков.

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

3.2. Спортивная форма обучающихся включает в себя: спортивный костюм или футболку и шорты (спортивные брюки), спортивную обувь (кеды или кроссовки**). Для начальной школы** рекомендуется обувь на нескользкой подошве и на липучках или затягивающихся шнурках, если ребенок не умеет завязывать шнурки. Запрещается заниматься в колготках, капроновых колготках и капроновых носках. Спортивная форма для занятий на улице: теплая, не стесняющая движений одежда (при необходимости шерстяные носки, шарф), шапка, перчатки или варежки.

3.3. При пропуске уроков физической культуры обучающейся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который передается классному руководителю или учителю физкультуры. При не подтверждении пропуска занятия учащемуся пропуск по неуважительной причине.

3.4. Все обучающиеся, освобожденные от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала или на стадионе под присмотром учителя физической культуры. **Если урок по расписанию первой или последний, то по заявлению родителей, обучающийся может находиться дома.** Утвержденная форма заявления размещена на сайте школы, а также в Приложении №1 к настоящему Положению.

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

3.6. Обучающийся, не имеющий спортивной формы, **к практическим занятиям по физической культуре не допускаются;**

- находится в спортивном зале или стадионе под присмотром учителя физкультуры;

- во время урока изучает теоретический учебный материал, выполняет указания учителя физкультуры.

3.7. Неудовлетворительная оценка обучающемуся за отсутствие спортивной формы **не выставляется**, при этом учащийся не допускается до

физических занятий и не оценивается на уроке.

3.8. Освобожденным обучающимся запрещается пользоваться на уроке телефоном, планшетом, ноутбуком, фотоаппоратом, умными часами, **любыми разновидностями гаджетов.**

В начальной школе обучающиеся оставляют ценные вещи в своем классе или у классного руководителя.

3.9. Обучающимся запрещается покидать место проведения занятия без разрешения учителя.

3.10. Учащиеся 1-3 классов доходят до спортивного зала и обратно только в сопровождении классного руководителя. Классный руководитель приводит учащихся в спортивный зал со звонком и забирает по окончанию занятий.

3.11. Обучающееся, являющиеся учащимися спортивных школ, могут освобождаться от занятий по физической культуре. Основанием для освобождения от уроков физической культуры являются справка из спортивной школы, выданная обучающемуся, о том, что он является является учащимся спортивной школы, и заявление родителей (законных представителей) с просьбой об освобождении обучающегося от уроков физкультуры в образовательной организации. При этом спортивная организация должна быть государственной.

Освобожденные от уроков физкультуры обучающиеся занимаются по индивидуальному учебному плану, составленному заместителем директора по содержанию образования.

3.10. Справка из спортивной школы и заявление родителей предоставляются руководителю школьного отделения, которой предоставляет список учащихся спортивных школ, освобожденных от уроков физкультуры, учителям физкультуры.

4. Порядок оценивания результатов физического воспитания.

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

4.2. Текущее оценивание обучающихся, посещающих уроки физической культуры:

- оценивание обучающихся 2-11 классов происходит по 5-бальной системе;

- оценивание обучающихся 1-х классов безотметочное.

При выставлении отметки учитывается старание обучающегося, его способности, физическая подготовка, знание теоретического учебного материала.

4.3. Итоговое оценивание происходит на основе текущих отметок, полученных обучающимся в течение учебного периода. Количество текущих отметок для выставления итоговой отметки за учебный период-не менее за триместр и не восьми за полугодие.

4.4. Оценивание обучающихся 2-11 классов, освобожденных от практических занятий физической культурой на длительный срок или освобожденных после болезни:

- если обучающийся имеет освобождение, но присутствует на уроке физкультуры и выполняет теоретические задания учителя, то оценивание происходит на уроке;

- если обучающийся имеет освобождение от практических занятий физкультурой и обоснованно не присутствует на уроках физкультуры, то выставление отметки происходит на основании выполнения домашних письменных задании или по результатам теоретического тестирования. Для организации теоретического тестирования учитель после предстьавления справки об осбождении от практических занятий физкультурой или обоснованного заявления от родителей (подтвержденного в дальнейшем справкой от врача) выдает обучающемуся теоретический материал по изучаемой теме (в качестве теоретического материала могут быть использованы работы обучающихся прошлых лет) и вопросы или задания по этому материалу. На предпоследней неделе учебного периода обучающийся отвечает устно на один теоретический вопрос и выполняет письменный тест по выданным теоретическим материалам и получает две оценки.

Утвержденный список тем для теоретического раздела содержится в Приложении №3.

5. Организация урока физической культуры.

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

- обучающиеся допускаются в раздевалку за 5 минут до начала урока;

- на время переодевания обучающихся перед помещениями для переодевания устанавливается дежурство учителей физической культуры.

- перед уроком обучающимся необходимо снять с себя и убрать из карманов все предметы которые могут представлять собой опасность при занятиях физкультурой-браслеты, перстни, часы и т.д.

- обучающиеся 1-11 классов обязаны соблюдать технику безопасности на уроке физической культуры. Инструктаж по технике безопасности проводится учителем перед каждым занятием, а вводный и повторныеинструктажы не реже двух раз в учебный период (триместр или полугодие) с записью под подпись в журнале по технике безопасности на уроке физической культуры каждого обучающегося, достигшего 14-ти летнего возраста.

При систематическом несоблюдении правил поведения и техники безопасности на уроке физической культуры к обучающемуся могут применяться следующие меры: устное предупреждение и замечание в электронном журнале, докладная записка администрации школьного отделения с привлечением социального педагога. При этом, на усмотрение администрации, учащийся не допускаются до практической части урока и осваивает материал в теретической форме.

5.2. Перед началом урока учителю следует проконтролировать самочувствте обучающихся. Не разрешается допускать к занятиям физической культурой обучающихся при:

- наличии жалоб на боли различной локализации, в том числе, выявленные при визуальном осмотре учителем.

При плохом самочувствии ребенка в день занятий физической культурой родитель имеет право написать **заявление о временном освобождении ребенка от практических занятий,** но **не более, чем на одно занятие (см.п.3.4.).** Утвержденная форма заявления размещена на сайте школы, а также в *Приложении №2.*

5.3. Учитель физической культуры определяет вид, степень и уровень занятий с обучающимися, освобожденными от практических занятий на предстоящий урок (возможно, также теоретическое изучение материала, оказание посильной помощи в судействе или организации урока).

5.4. В течение всего урока учитель обеспечивает безопасные условия учебного процесса:

- осуществляет постоянный контроль за действиями обучающихся;

- осуществляет визуальный контроль за состоянием здоровья обучающихся;

- следит за соответствием выполняемых упражнений уровню физической подготовленности;

- своевременно реагирует на жалобы о плохом самочувтствии согласно внутреннему регламенту.

5.5. Урок физической культуры включает подготовительную. Основную и заключительную части. При организации занятий обучающихся со специальной медицинской группой «А» продолжительность подготовительной и заключительной частей увеличивается за счет сокращения продолжительности основной части. Физические упражнения для обучающихся данной группы подбираются индивидуально в соответствии с показаниями и противопоказаниями при кокретных заболеваниях.

5.6. При организации и проведении уроков физической культуры недопустимо:

- давать чрезмерно нагрузку на функциональные системы организма обучающихся без учета их уровней физической подготовленности;

- принимать контрольные упражнения, тестировать уровень развития физических качеств без предварительной подготовки и прохождения программного материала в плановом режиме;

- осуществлять подготовку к соревнованиям на уроках физической культуры.

6. Модели освоения образовательной программы по предмету «Физическая культура».

6.1. Уроки физической культуры для обучающихся основной медицинской группы проводятся в соответствии с рабочей программой предмета в полном объеме.

6.2. Уроки физической культуры для обучающихся подготовительной медицинской группы проводятся в соответствии с рабочей прграммой предмета при условии постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков, особенно связанных с предьявлением к организму повышенных требований. При отсутствии противопоказаний с разрешения врача может проводиться подготовка и сдача нормативов физической подготовки соответственно возрасту, посещение спортивных секции со значительным снижением интенсивности и объема физических нагрузок.

6.3. В МБОУ СОШ№2 применяются несколько моделей освоения образовательной программы по физической культуре.

6.3.1. Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий для:

- обучающихся, временно от физических нагрузок после перенесенных заболеваний по рекомендации врача;

- обучающихся, с ограниченными возможностями здоровья, имеющих специальную медицинскую группу «А» «Б»;

- обучающихся очно-заочно и заочной форм обучения.

7. Мсетодика учета успеваемости и оценки обучающихся, не посещающих уроки физической культуры по неуважительной причине.

7.1. В случае непосещения обучающимися уроков физической культуры по неуважительной причине, учитель обязан поставить в известность родителей обучающегося, сделав соответствующую запись в электронном журнале, а также сообщить об этом классному руководителю.

7.2. Оценка успеваемости обучающихся, не допущенных к практической части занятия по физической культуре по неуважительной причине, но находящихся на уроке. Осуществляется аналогично оценке успеваемости обучающихся. Освобожденных по медицинским показаниям по физической культуре, подразделяется на текущий и итоговой.

7.3. Обучающиеся, прошедшие лечебно-физкультурный курс (ЛФК) в медицинских учреждениях могут предъявить соответствующую медицинскую справку. На основании которой в электронном журнале обучающемуся выставляется положительная отметка.

7.4. Обучающемуся, не посещающему уроки физической культуры без уважительной причины по результатам промежуточной и итоговой аттестации выставляется оценка **«не аттестован».**

ФОРМА ЗАЯВЛЕНИЯ об освобождении от уроков физической культуры после болезни

Директору МБОУ СОШ №2
Э.Х. Пиштиковой

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу отпускать моего ребенка
_____

Ученика(-цу)_____класса, с урока физкультуры из школы на период
с «____»_____20_____г. по «_____»_____20_____г.,

Так как он(-а) был(-а) болен (больна) с «____»_____20____г. по
«_____»_____20_____г.
(справка прилагается) и освобождена(-а) от физкультуры с
«____»_____20_____г. по «_____»_____20_____г.

Ответственность за жизнь и здоровье ребенка во время отсутствия на уроках физической культуры беру на себя.

_____

(ФИО родителя/законного представителя)

_____ (дата)

_____ (подпись)

«Ознакомлен(-а)»_____

(ФИО классного руководителя)

_____ (подпись)

«Не возражаю»_____

(ФИО учителя физкультуры)

_____ (подпись)

ФОРМА ЗАЯВЛЕНИЯ об освобождении от урока физической культуры по причине плохого самочувствия

Учителю физкультуры МБОУ СОШ №2

_____

от Ф.И.О._____

телефон:_____

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу освободить моего ребенка _____

Ученика(-ца) _____класса, от физической активности на уроке физкультуры
«_____»_____20_____г. по причине_____.

_____

(ФИО родителя/законного представителя)

_____(дата)

_____(подпись)

«Ознакомлен(-а)»_____

(ФИО классного руководителя)

_____ (подпись)

«Не возражаю»_____

(ФИО учителя физкультуры)

_____ (подпись)

СПИСОК ТЕМ для теоретического раздела, утвержденный методическим объединением учителей физической культуры (для обучающихся от практических занятий)

1-4 класс

1. Нарисовать рисунок на любую тему, связанную со спортом.
2. Небольшой доклад к роисунку.

Примерные темы рефератов по физической культуре 5-11 класс

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 ее 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 влияние на развитие организма.
14. Основные методы саморегулирования психических и физических заболеваний.
15. Профилактика возникновения профессиональных заболеваний.
16. Взаимосвязь физического и духовного развития личности.
17. Адаптация к физиченским упражнениям на разных возрастных этапах.
18. Основные виды спортивных игр.
19. Бокс и борьба как основные виды силовых состязаний.
20. Виды бега и их влияние на здоровье человека.

21. Развитие выносливости во время занятия спортом
22. Адаптация профессиональных предусмотренных нагрузок.
23. Алкоголизм и его влияние на развитие полноценной личности.
24.Наркотики и их влияния на развитие полноценно личности.
25. Лыжный спорт: перспективы развития.
26. Анализ системы физического воспитания в школьных заведениях.
27. Плавание и его воздействие на развитие системы опорно-двигательного аппарата.
28. Акткальные проблемы в проведении занятий по физической культуре в учебных заведенях.
29. Особенности правовой базы в отношении спорта и физической культуры в России.
30. Лечебная физическая культура.
31. Олимпийские игры 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 увлечение учащихся 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.
46. Влияние на здоровья солнечнгого света, свежего воздуха, чистой воды, естественного питания, физических кпражнений, отдыха хорошей осанки, гигиены, закаливания и т.д.(на выбор).
47. Роль физичнеской культуры и спорта в духовном воспитании личности.
48. Характеристика основных компонентов здорового образа жизни.

49. средства физической культуры в повышении функциональной возможностей организма.
50. Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физических упражнений и спортом.
51. Современные популярные оздоровительные системы физических упражнений.
52. Цели, задачи и средства общей физической подготовки.
53. Цели, задачи и средства спортивной подготовки.
54. Самоконтроль в процессе физического воспитания.
55. Физическая культура в профилактике сердечнососудистых заболеваний.
56. Физическая культура в профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата.
57. Средства и методы воспитания физических качеств.
58. Легкая атлетика в системе физического воспитания (техника ходьбы, бега, прыжков, метаний).
59. Моторика обучения школьников игре в баскетболе (азбука баскетбола, элементы техники броски мяча). Организация соревнований.
60. Моторика обучения школьников игре в волейбол (азбука волейбола, передачи, нападающий удар). Организация соревнований.
61. Моторика обучения школьников игре в футбол (азбука футбола, техника футбола, техника игры вратаря). Организация соревнований.
62. Харакиеристика внеурочных форм занятий (гимнастика до занятий, физкультминутка, физкультпауза, динамичные перемены, спорт-час)
63. Применение физических упражнений для формирования красивой фигуры.
64. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
65. История развития олимпийского движения (Древняя Греция).
66. Олимпийские Игры современности, герои отечественного спорта.
67. Здоровый образ жизни и факторы его определения.