**Методическое письмо
о преподавании учебного предмета «Физическая культура»
в общеобразовательных организациях Ярославской области
в 2017–2018 учебном году**

*Составитель: Щербак А.П.,*

*канд. пед. наук, доцент*

*кафедры инклюзивного*

*образования ГАУ ДПО ЯО ИРО*

В настоящее время реализуется «**Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года**»[[1]](#footnote-1), разработанная в соответствии с поручением Президента Российской Федерации. Одним из направлений Стратегии является модернизация системы физического воспитания в образовательных организациях, которая предполагает проведение комплекса следующих мер:

- создание условий и стимулов для расширения сети физкультурно-оздоровительных комплексов, детско-юношеских спортивных клубов и спортивных команд, функционирующих на базе образовательных учреждений;

- внедрение новых проектов образовательных учреждений с обязательным строительством объектов спорта (спортивных залов, в том числе тренажерных, бассейнов, многопрофильных и комплексных плоскостных спортивных сооружений);

- внедрение в систему образовательных учреждений мониторинга состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности;

- оснащение общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования детей необходимым спортивным инвентарем и оборудованием;

- сохранение обязательной формы физкультурного образования для обучающихся в объеме не менее 3 часов, а также существенное увеличение объема спортивной работы во внеурочное время для реализации необходимого недельного объема двигательного режима не менее 8 часов в неделю;

- совершенствование системы физкультурных и спортивных мероприятий для всех категорий обучающихся;

- внедрение рекомендаций по повышению эффективности проведения обязательных уроков физической культуры в системе образовательных учреждений;

- создание в общеобразовательных учреждениях спортивных классов и классов с углубленным изучением предмета «Физическая культура»;

- создание в образовательных учреждениях детско-юношеских спортивных и туристских клубов (центров);

- разработка и внедрение образовательных программ физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов для образовательных учреждений всех типов;

- совершенствование программ повышения квалификации учителей физической культуры с учетом введения федеральных государственных образовательных стандартов нового поколения;

- установление требований по обеспечению безопасности для жизни и здоровья обучающихся при проведении занятий физической культурой;

- разработка примерных учебных программ по физической культуре по уровням образования, учитывающим индивидуальные способности и состояние здоровья обучающихся, в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом и оценка эффективности этих программ;

- организация ежегодного всероссийского смотра-конкурса на лучшую организацию спортивно-массовой работы среди обучающихся.

**Концепция модернизации содержания и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура»** в общеобразовательных организациях в соответствии с меняющимися запросами российского общества и перспективными задачами развития Российской Федерации в современном мире представлена в виде проекта на сайте «Модернизация содержания и технологий обучения в соответствии с новыми федеральными государственными образовательными стандартами» (<http://www.predmetconcept.ru>).

Задачами Концепции являются:

- обновление содержания образовательных программ по физической культуре на уровнях начального общего, основного общего и среднего общего образования (с обеспечением их преемственности), соответствующих учебных изданий, а также технологий преподавания физической культуры;

- развитие информационных ресурсов, необходимых для реализации образовательных программ, инструментов деятельности обучающихся и педагогических работников;

- обновление научно-методического обеспечения и материально-технического оснащения учебного предмета «Физическая культура»;

- повышение кадрового потенциала учителей физической культуры;

- обеспечение обучающимся мотивации к регулярным занятиям физической культурой, спортом и ведению здорового образа жизни;

- усиление системных взаимосвязей физической культуры с программами воспитания и социализации обучающихся образовательных организаций;

- объединение усилий образовательных организаций, средств массовой информации, организаций и учреждений массового спорта, федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации и общественных организаций, направленных на поддержку и пропаганду здорового образа жизни.

В Концепции указывается, что принципы и приоритетные направления государственной политики развития физической культуры, создания инструментов для гармоничного развития личности сформулированы в законодательных и нормативных документах Российской Федерации. Безусловно, основными из них для учителя физической культуры являются федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»[[2]](#footnote-2) и федеральные государственные образовательные стандарты начального общего, основного общего и среднего общего образования[[3]](#footnote-3).

В 2016 году одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию «**Примерная программа учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих программы начального, основного и среднего общего образования**»[[4]](#footnote-4). В содержании программы представлены:

- общая характеристика учебного предмета;

- планируемые результаты;

- содержание программы;

- тематическое планирование;

- рекомендуемая учебно-методическая литература.

Правовые основы модернизации преподавания учебного предмета «Физическая культура» заложены также в **федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»**[[5]](#footnote-5).

Прежде всего, в статье 2 закон устанавливает ***основные понятия***, которыми следует руководствоваться:

- *Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) —* программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности;

*- спорт —* сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним;

*- спортивные мероприятия* — спортивные соревнования, а также тренировочные мероприятия, включающие в себя теоретическую и организационную части, и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям с участием спортсменов;

*- физическое воспитание —* процесс, направленный на воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры;

*- физическая культура —* часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития;

- *физическая подготовка* — процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей (в том числе навыков и умений) человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик;

- *физическая реабилитация* — восстановление (в том числе коррекция и компенсация) нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с использованием средств и методов адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, которые направлены на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья;

- *физкультурные мероприятия* — организованные занятия граждан физической культурой;

- *школьный спорт* — часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в общеобразовательных организациях, их подготовку к участию и участие в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях.

В статье 28 закона указывается, что образовательные организации с учетом местных условий и интересов обучающихся самостоятельно определяют формы занятий физической культурой, средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, методы и продолжительность занятий физической культурой на основе федеральных государственных образовательных стандартов и нормативов физической подготовленности.

Организация физического воспитания в образовательных организациях включает в себя:

1) проведение обязательных занятий физической культурой и спортом в пределах основных образовательных программ, а также дополнительных (факультативных) занятий физической культурой и спортом в пределах дополнительных общеобразовательных программ;

2) создание условий, в том числе обеспечение спортивным инвентарем и оборудованием, для проведения комплексных мероприятий по физкультурно-спортивной подготовке обучающихся;

3) формирование у обучающихся навыков физической культуры с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья, создание условий для вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом;

4) осуществление физкультурных мероприятий во время учебных занятий;

5) проведение медицинского контроля за организацией физического воспитания;

6) формирование ответственного отношения родителей (лиц, их заменяющих) к здоровью детей и их физическому воспитанию;

7) проведение ежегодного мониторинга физической подготовленности и физического развития обучающихся;

8) содействие организации и проведению спортивных мероприятий с участием обучающихся;

9) содействие развитию и популяризации школьного спорта;

10) участие обучающихся в международных спортивных мероприятиях.

В целях вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом, развития и популяризации школьного спорта образовательными организациями могут создаваться ***школьные спортивные клубы***. Настоящее положение закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» полностью согласуется с федеральными государственными образовательными стандартами начального общего, основного общего, среднего общего образования. В них указывается, что ***внеурочная деятельность по спортивно-оздоровительному направлению организуется в таких формах как школьные спортивные клубы* *и секции***. Деятельность этих школьных спортивных клубов осуществляется в порядке, установленном **приказом Министерства образования и науки РФ «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов»**[[6]](#footnote-6).

Спортивный клуб может создаваться образовательными организациями в качестве их структурных подразделений, а также в виде общественных объединений, не являющихся юридическими лицами.

Основными задачами деятельности спортивных клубов являются:

- вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом, формирование у них мотивации и устойчивого интереса к укреплению здоровья;

- организация физкультурно-спортивной работы с обучающимися;

- участие в спортивных соревнованиях различного уровня среди образовательных организаций;

- развитие волонтерского движения по пропаганде здорового образа жизни;

- оказание содействия обучающимся, членам спортивных сборных команд образовательных организаций в создании необходимых условий для эффективной организации образовательного и тренировочного процессов;

- организация спортивно-массовой работы с обучающимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья, ограниченные возможности здоровья.

В целях реализации этих задач школьные спортивные клубы осуществляют:

- организацию и проведение спортивных, физкультурных и оздоровительных мероприятий в образовательных организациях, в том числе этапов Всероссийских соревнований обучающихся по различным видам спорта, проводимых в данных образовательных организациях;

- воспитание физических и морально-волевых качеств, укрепление здоровья обучающихся, социальной активности обучающихся и педагогических работников образовательных организаций посредством занятий физической культурой и спортом;

- проведение работы по физической реабилитации обучающихся, имеющих отклонение в состоянии здоровья, ограниченные возможности здоровья, привлечение их к участию и проведению массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

- формирование команд по различным видам спорта и обеспечение их участия в соревнованиях разного уровня;

- пропаганду в образовательных организациях основных идей физической культуры, спорта, здорового образа жизни;

- поощрение обучающихся, добившихся высоких показателей в физкультурно-спортивной работе;

- информирование обучающихся о проводимых спортивных, физкультурных и оздоровительных мероприятиях в образовательных организациях.

Спортивные клубы осуществляют свою деятельность в течение всего учебного года, включая каникулы, в соответствии с расписанием занятий спортивных клубов. Утверждение расписания занятий спортивных клубов осуществляется по представлению педагогических работников спортивных клубов с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей обучающихся с учетом состояния их здоровья. Утверждение расписания занятий спортивного клуба, созданного в качестве структурного подразделения образовательной организации, осуществляется руководителем образовательной организации. Утверждение расписания занятий спортивного клуба, созданного в виде общественного объединения, осуществляется руководителем спортивного клуба.

В спортивных клубах при наличии необходимых материально-технических условий и средств, а также согласия руководителя образовательной организации (для спортивных клубов, созданных в качестве структурного подразделения образовательных организаций) в целях охраны и укрепления здоровья могут заниматься совместно с обучающимися педагогические работники.

Спортивный клуб формирует свою структуру с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и педагогических работников спортивных клубов, а также образовательных организаций. Формы организации работы спортивного клуба, методы и средства выбираются спортивным клубом в соответствии со спецификой основных направлений их деятельности, а также возрастом обучающихся с учетом состояния их здоровья. Основными формами работы спортивных клубов являются занятия в секциях, группах и командах, комплектующихся с учетом пола, возраста, уровня физической и спортивно-технической подготовки, а также состояния здоровья обучающихся.

Непосредственное проведение занятий в спортивном клубе осуществляется педагогическими работниками, тренерами и другими специалистами в области физической культуры и спорта.

Занятия в спортивном клубе осуществляются на условиях, определяемых локальными нормативными актами образовательных организаций.

К занятиям в спортивных клубах допускаются обучающиеся, представившие на имя руководителя спортивного клуба письменное заявление от их родителей (законных представителей), а также медицинскую справку, в которой указываются сведения о состоянии их здоровья.

В целях охраны и укрепления здоровья за всеми обучающимися спортивных клубов устанавливается врачебный контроль, который осуществляется медицинскими работниками медицинских организаций, где обучающийся получает первичную медико-санитарную помощь.

Спортивный клуб может иметь собственное название, эмблему, наградную атрибутику, спортивную форму.

С целью развития деятельности спортивных клубов в образовательных организациях **приказом Департамента образования Ярославской области № 284/01-03 от 27.04.2016 г. утвержден региональный проект «Лига школьных спортивных клубов Ярославии»**. Информацию о реализации этого проекта можно отслеживать на сайте ГАУ ДПО ЯО ИРО[[7]](#footnote-7):

- регистрация школьных спортивных клубов;

- нормативно-правовая база;

- разработчики проекта;

- участники проекта;

- цель проекта;

- основные направления реализации проекта;

- мероприятия проекта.

С целью информационно-методического обеспечения разработаны «Методические рекомендации по созданию и управлению школьными спортивными клубами в Ярославской области»[[8]](#footnote-8), в содержание которых вошли следующие разделы:

1. Правовое положение школьного спортивного клуба.

2. Цели, задачи и функции школьных спортивных клубов.

3. Органы управления школьным спортивным клубом.

4. Права и обязанности членов школьного спортивного клуба.

5. Документация школьного спортивного клуба. Учет и отчетность.

6. Имущество школьного спортивного клуба.

В приложениях представлены типовые формы приказа о создании школьного спортивного клуба, положения о школьном спортивном клубе, положения о совете школьного спортивного клуба.

Педагогам, осуществляющим деятельность школьных спортивных клубов, рекомендуется пройти дополнительное образование на курсах повышения квалификации и семинарах, проводимых на базе ГАУ ДПО ЯО ИРО.

Для взаимодействия школьных спортивных клубов Ярославской области разработана единая информационная система (<http://schoolsport.club>), с помощью которой можно оперативно получать новостную информацию о конкретном школьном спортивном клубе, календаре соревнований и школьных турнирах. После регистрации в этой системе через личный кабинет можно вносить собственную информацию о деятельности конкретного школьного спортивного клуба и (или) организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий образовательной организации или региона.

В 2017–2018 учебном году будут проведены муниципальные и региональный этап открытого Всероссийского смотра-конкурса на лучшую постановку физкультурной работы и развитие массового спорта среди школьных спортивных клубов для участия победителя во всероссийском этапе.

Следующим направлением модернизации преподавания предмета «Физическая культура», на котором следует остановиться — это «***разработка и внедрение образовательных программ физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья***».

В соответствии со статьей 31 закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», «для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в соответствующих образовательных организациях, организуются занятия с использованием средств адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья таких обучающихся». Под адаптивной физической культурой подразумевается «часть физической культуры, использующей комплекс эффективных средств физической реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья».

С 2016 г. вводятся федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья[[9]](#footnote-9) и федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)[[10]](#footnote-10). Оба этих стандарта предполагают занятия адаптивной физической культурой:

1. Для глухих обучающихся (вариант 1.4):

1.1. владение основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях физических функций, возможностях компенсации, формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, умение выполнять доступные виды движений на уроках физкультуры и вне их; умение приспосабливаться к собственным физическим ограничениям (при наличии нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения и других), компенсировать их с помощью различных приспособлений, освоение основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазание) в доступной для каждого ребенка степени, развитие физических качеств, двигательных способностей, понимание правил поведения на уроках физкультуры, умение выполнять доступные виды упражнений по подражанию, по образцу, по жестовой и словесной инструкции, желание включаться в доступные подвижные игры и занятия, адекватно дозировать физическую нагрузку;

1.2. освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности (езда на велосипеде, ходьба на лыжах, спортивные игры и других видов), наличие интереса к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, катание на санках, ходьба на лыжах, спортивные игры, туризм и другие, умение ездить на велосипеде, кататься на санках, ходить на лыжах, плавать, играть в подвижные игры и другое;

1.3. формирование умения следить за своим физическим состоянием, отмечать и радоваться любому продвижению в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости), наличие интереса к изменению своих физических данных (росту, весу, силе, скорости выполнения движений), умение радоваться достижениям в физическом и моторном развитии; наличие интереса к участию в соревнованиях и состязаниях, наблюдению за ними в телевизионных передачах.

2. Для слепых обучающихся (вариант 3.4.):

2.1. формирование умения показывать части собственного тела;

2.2. овладение умением выполнять определённые движения руками, ногами, корпусом;

2.3. овладение доступными физическими упражнениями;

2.4. расширение двигательного опыта;

2.5. коррекция нарушений физического развития.

3. Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.3.):

3.1. овладение основными представлениями о собственном теле;

3.2. знание основных частей тела;

3.3. знание о значение укрепления костно-мышечной системы человека;

3.4. выполнение доступных упражнений, направленных на укрепление костно-мышечной системы (упражнения на развитие правильной осанки, дыхательные упражнения, упражнения для расслабления мышц, общеразвивающие и корригирующие упражнения и т.д.);

3.5. овладение в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями организма основными двигательными качествами: сила, ловкость, быстрота, вестибулярная устойчивость;

3.6. овладение представлениями о возможностях и ограничениях физических функций;

3.7. представление о влиянии адаптивной физической культуры на организм: значение ходьбы, спортивных игр, гимнастических упражнений и т.д. для укрепления здоровья человека;

3.8. представление о двигательном, ортопедическом режиме и соблюдение основных правил;

3.9. владение навыками самоконтроля при выполнении физических упражнений;

3.10. знание и соблюдение правил техники безопасности при выполнении физических упражнений;

3.11. формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью;

3.12. осознание связи между физическими нагрузками и телесным самочувствием (усталость и появление болевых мышечных ощущений после физических нагрузок);

3.13. осознание значения подготовительных упражнений (разминки) для формирования положительного настроя к занятиям по физической культуре и сглаживания негативных самоощущений;

3.14. овладение умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;

3.15. овладение гигиеническими навыками при выполнении физических упражнений;

3.16. соблюдение режима питания и сна;

3.17. осознание значение здорового образа жизни как одного из условий поддержания физической и творческой активности человека;

3.18. овладение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе;

3.19. овладение музыкально-ритмической деятельностью в процессе выполнения доступных упражнений с предметами; танцевальных и ритмико-гимнастических упражнений; игр под музыку;

3.20. организация и участие в подвижных играх, доступным ученикам; участие в занятиях на свежем воздухе (лыжная подготовка);

3.21. формирование умения следить за своим физическим состоянием, отмечать и радоваться любому продвижению в росте физической нагрузки, развитию основных физических качеств;

3.22. контроль самочувствия во время выполнения физических упражнений (рассказ о самоощущениях, измерение частоты сердечных сокращений);

3.24. отслеживание продвижения в росте физической нагрузки и в развитии основных физических качеств;

3.25. развитие способности ребёнка взаимодействовать с другими людьми, осмыслять и присваивать чужой опыт и делиться своим опытом, используя вербальные и возможности;

3.26. способность взаимодействовать и устанавливать межличностные контакты во время проведения эстафет, подвижных и спортивных игр и других мероприятий;

3.27. способность рассказать о своих ощущениях, возникающих в процессе и после выполнения физических упражнений;

3.28. понимание инструкций для участия в играх и по выполнению физических упражнений;

3.29. знание правил организации игр под музыку, спортивных и подвижных игр;

3.30. освоение доступных видов музыкально-ритмической и физкультурно-спортивной деятельности легкая атлетика (ходьба, бег, прыжки), гимнастика, подвижные и спортивные игры и другие;

3.31. интерес к музыкально-ритмической и физкультурно-спортивной деятельности;

3.32. овладение в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями доступными видами физкультурно-спортивной деятельности;

3.33. получение удовлетворения от занятий адаптивной физической культурой.

4. Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4.):

4.1. восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств);

- освоение двигательных навыков, координации движений;

4.2. соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью. умение устанавливать связь телесного самочувствия с физической нагрузкой: усталость после активной деятельности, болевые ощущения в мышцах после физических упражнений.

5. Для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.2.):

5.1. формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития;

5.2. формирование умения следить за своим физическим состоянием, осанкой;

5.3. понимание простых инструкций в ходе игр и при выполнении физических упражнений; овладение в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями доступными видами физкультурно-спортивной деятельности.

6. Для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.3.):

6.1. формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития; овладение умениями правильно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия и т.д.);

6.2. формирование основных представлений о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций;

6.3. формирование умений поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;

6.4. формирование умений включаться в занятия на свежем воздухе, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна;

6.5. формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок соразмерно собственным индивидуальным особенностям здоровья.

7. Для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4.):

7.1. формирование представлений о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций;

7.2. умение выполнять доступные виды движений на уроках физкультуры и вне их;

7.3. освоение основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазание) в доступной для каждого ребенка степени;

7.4. понимание правил поведения на уроках физкультуры, умение выполнять доступные виды упражнений по подражанию, по образцу, по словесной инструкции;

7.5. желание включаться в доступные подвижные игры и занятия;

7.6. освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности.

8. Для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 1):

8.1. овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);

8.2. первоначальные представления о значении физической культуры для физического развития, повышения работоспособности;

8.3. вовлечение в систематические занятия физической культурой и доступными видами спорта;

8.4. умения оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок.

9. Для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2):

9.1. восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в том числе с использованием технических средств);

- освоение двигательных навыков, координации, последовательности движений;

- совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;

- умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и другое;

9.2. соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

- умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения и другое;

- повышение уровня самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений.

9.3. освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: езды на велосипеде, ходьбы на лыжах, спортивных игр, туризма, плавания:

- интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, плавание, спортивные и подвижные игры, туризм, физическая подготовка и другое;

- умение ездить на велосипеде, кататься на санках, ходить на лыжах, плавать, играть в подвижные игры и другое.

Медико-педагогический контроль над организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья осуществляется в соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки России от 30.05.2012 № МД-583/19.

Еще одним направлением модернизации занятий физической культурой является с 2017 года третий этап повсеместного внедрения *Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)*.

Необходимо помнить, что отдельно взятого закона о комплексе ГТО нет, как, к сожалению, сообщили в 2015 году средства массовой информации. Внесена дополнительная глава 3.1. в федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» — «Комплекс ГТО. Физкультурно-спортивные клубы и их объединения, основная деятельность которых направлена на реализацию комплекса ГТО». Этой статьей и следует руководствоваться при:

- объяснении обучающимся общих положений о комплексе ГТО;

- организации центров тестирования;

- организации физкультурно-спортивных клубов и их объединений, основная деятельность которых направлена на реализацию комплекса ГТО;

- объяснении государственных гарантий для обучающихся, проходящих подготовку к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО и осуществляющих их выполнение;

- использовании символики комплекса ГТО.

Информацию о выполнении нормативов, документацию можно найти на сайте «ГТО» — <http://www.gto.ru>.

С механизмом учёта результатов выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура» можно познакомиться в **методических рекомендациях**, направленные[**письмом**](http://ivo.garant.ru/document?id=71212696&sub=0) **Минобрнауки России от 2 декабря 2015 г. № 08-1447**.

В соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами общего образования предметные результаты учебного предмета «Физическая культура» должны отражать умение выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений с учётом индивидуальных способностей и особенностей, состояния здоровья и режима учебной деятельности, использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга (в том числе при подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»). Аналогичные требования содержит федеральный компонент государственного стандарта общего образования, утвержденный приказом Министерством образования Российской Федерации от 5 марта 2004 г. № 1089 (далее — ГОС 2004 г.).

Требование обязательности сдачи нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО всеми обучающимися, осваивающими образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, законодательством в сфере образования не установлено. Поэтому невыполнение нормативов Комплекса ГТО не может являться основанием для неудовлетворительной отметки в ходе текущей, промежуточной и итоговой аттестации учащихся по учебному предмету «Физическая культура».

Решение об индивидуальном учете результатов выполнения нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура» принимается общеобразовательной организацией самостоятельно и закрепляется локальным актом.

Результаты выполнения нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО обучающимися образовательных организаций могут быть преемственными к результатам освоения программы учебного предмета «Физическая культура» путем интеграции в нее элементов Комплекса ГТО.

Вопросы состояния здоровья обучающихся как при подготовке и проведении промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура», так и при интеграции в нее элементов Комплекса ГТО, необходимо рассматривать как ключевые.

Для обучающихся, сдающих нормативы испытаний (тесты) ГТО, необходим обязательный и достоверный учет их состояния здоровья, групп здоровья, к которым они отнесены в соответствии с заключением медицинской организации.

По завершении подготовки и перед сдачей нормативов испытаний (тестов) ГТО осуществляется тематический контроль, позволяющий оценить результаты подготовленности обучающихся к сдаче нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО.

Комплекс ГТО нацелен также на повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения, всестороннее развитие личности, в том числе гражданско-патриотическое воспитание. Выполнение нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО на золотой, серебряный и бронзовый знаки Комплекса ГТО являются качественным показателем решения поставленной перед обучающимся задачи в соответствии с ФГОС и может соответствовать оценке «отлично».

Общеобразовательными организациями обеспечиваются необходимые безопасные условия проведения мероприятий, связанных с подготовкой к сдаче нормативов Комплекса ГТО.

Таким образом, модернизация преподавания учебного предмета «Физическая культура» напрямую связана с социальным запросом государства, и успешность ее осуществления определяет уровень жизнеспособности людей. Повышение удовлетворенности россиян доступностью качественного физического воспитания в образовании является одним из наиболее эффективных механизмов реализации социальной политики государства в области здоровья, воспитания, демографии, молодежной политики.

1. Распоряжение Правительства РФ от 07.08.2009 N 1101-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» [Электронный ресурс] // Министерство спорта : [сайт]. – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/activities/federal-programs/2/26363/> (28.06.17) [↑](#footnote-ref-1)
2. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ [Текст] // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 2012. – № 53 (часть I). – Ст. 7598. [↑](#footnote-ref-2)
3. ###  Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования: Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 (с изменениями и дополнениями) [Электронный ресурс] // Гарант : [сайт]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/197127/> (28.06.17).

### Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования: Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 (с изменениями и дополнениями) [Электронный ресурс] // Гарант : [сайт]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/55170507/> (28.06.17).

### Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования: Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 (с изменениями и дополнениями) [Электронный ресурс] // Гарант : [сайт]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70188902/> (28.06.17).

 [↑](#footnote-ref-3)
4. Примерная программа учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих программы начального, основного и среднего общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 20.09.2016 № 3/16) [Электронный ресурс] // Министерство образования и науки Российской Федерации: [сайт]. – Режим доступа: <http://fgosreestr.ru> (28.06.17). [↑](#footnote-ref-4)
5. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: федер. закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ [Текст] // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 2007. – № 50. – Ст. 6242. [↑](#footnote-ref-5)
6. Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов : Приказ Минобрнауки России от 13.09.2013 № 1065 [Электронный ресурс] // Гарант : [сайт]. – Режим доступа: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70387996/> (28.06.17). [↑](#footnote-ref-6)
7. Региональный проект «Лига школьных спортивных клубов Ярославии» [Электронный ресурс] // ГАУ ДПО ЯО Институт развития образования [сайт]. – Режим доступа: <http://www.iro.yar.ru/index.php?id=1710> (28.06.17). [↑](#footnote-ref-7)
8. Методические рекомендации по созданию и управлению школьными спортивными клубами в Ярославской области. – Ярославль: АНО ЦРМС «Марафон Плюс», 2016. – 41 с. [↑](#footnote-ref-8)
9. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья**:** Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598 [Электронный ресурс] // Гарант : [сайт]. – Режим доступа:<http://base.garant.ru/70862366/>(28.06.17). [↑](#footnote-ref-9)
10. ## Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) : Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 [Электронный ресурс] // Гарант : [сайт]. – Режим доступа: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70760670/> (28.06.17).

 [↑](#footnote-ref-10)