

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Лицей №14»  
Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан  
(МБОУ «Лицей №14» НМР РТ)

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
МБОУ «Лицей №14» НМР РТ  
(протокол от 02.08.2021 №19)

УТВЕРЖДЕНО  
приказом  
МБОУ «Лицей №14» НМР РТ  
от 02.08.2021 №288

## ПОЛОЖЕНИЕ о проведении уроков физической культуры

### 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии со следующими нормативными и правовыми актами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- действующие санитарные правила и нормы.

1.2. Настоящее Положение:

- является локальным нормативным актом, регламентирующим деятельность Лицея в образовательно-воспитательной сфере;
- обсуждается, принимается на Педагогическом совете Лицея и утверждается директором Лицея;
- вступает в силу со дня его утверждения и действует неограниченный срок.

### 2. Группы здоровья

2.1. В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся Лицея в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: *основную, подготовительную и специальную* медицинскую группу. Отнесение ребенка к соответствующей группе здоровья происходит на основании Листа здоровья, заполненного медицинским персоналом лицея.

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 относятся обучающиеся с недостаточным физическим развитием и низкой физической подготовленностью или имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья. Этой категории обучающихся разрешается заниматься физической культурой по программе для основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок (в том числе временных) без участия в кроссах и соревнованиях.

К *специальной* медицинской группе (СМГ) относятся обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы.

2.4. Классный руководитель в начале учебного года выявляет (на основании предоставленной родителями медицинской справки о состоянии здоровья) обучающихся, освобожденных от занятий физкультурой на учебный год, и предоставляет список учителям физической культуры. Этот список должен дополняться классным руководителем, если обучающийся получает из медицинского учреждения справку, которая дает основание на определенное время освободить его от физических нагрузок, после перенесенного заболевания.

2.5. Справка из медицинского учреждения, предоставляющая основание на определенное время освободить обучающегося от физических нагрузок после перенесенного заболевания, не освобождает от освоения физической культуры как учебного предмета. Следовательно, ученик должен присутствовать на уроке, но выполнять задания, не включающие физическую нагрузку.

### 3. Требования к внешнему виду и посещению уроков

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

3.2. Спортивная форма обучающихся включает в себя: спортивный костюм, шапку, футболку с длинным рукавом, носки, спортивную обувь (кеды или кроссовки).

3.3. При пропуске уроков физической культуры обучающийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который передаётся классному руководителю или учителю физической культуры.

3.4. Все обучающиеся, освобождённые от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала (или на стадионе) под присмотром учителя физической культуры, выполняют данные им задания, не включающие физическую нагрузку.

3.5. Учитель физической культуры определяет виды деятельности с освобожденными от практических занятий обучающимися на предстоящий урок (возможно теоретическое изучение материала, оказание посильной помощи в судействе или организации урока).

3.6. Обучающийся без спортивной формы

- 1) к занятиям физической культурой не допускается,
- 2) находится на уроке физической культуры, теоретически изучает учебный материал, преподаваемый во время урока, и выполняет все указания учителя физической культуры.

Неудовлетворительная оценка за отсутствие спортивной формы на уроке ученику **не выставляется**, но выставляется отметка за работу на уроке.

Если ученик не приносит спортивную форму на урок физической культуры, учитель обязан через классного руководителя донести эту информацию до родителей обучающегося (или его законных представителей).

3.7 Обучающиеся, которые не занимаются на уроке, должны находиться в отведенном для них месте спортивного зала (или на стадионе) в школьной форме под присмотром учителя физической культуры, портфели должны быть оставлены в раздевалке.

#### **4. Организация урока физической культуры**

В целях организованного начала и окончания урока, контроля поведения обучающихся в раздевалках, недопущения случаев травматизма и правонарушений, соблюдения санитарно–гигиенических норм, установлен следующий порядок:

- обучающиеся допускаются в раздевалку за 5 минут до звонка на урок;
- во время переодевания обучающихся учителя физической культуры дежурят перед раздевалками;
- во время урока раздевалки закрываются на ключ;
- освобожденным обучающимся на уроке запрещается пользоваться телефонами, планшетами, фотоаппаратами и другой техникой;
- обучающимся запрещается входить в спортивный зал и находиться в нём во время урока с жевательной резинкой во рту;
- незанимающиеся обучающиеся находятся в отведенном для них месте спортивного зала (или на стадионе) в школьной форме под присмотром учителя физической культуры;
- обучающимся не разрешается выходить из зала, отлучаться со стадиона без согласования с учителем;
- на переодевание обучающихся после урока физической культуры отводится 5-7 минут;
- уроки физической культуры проводятся согласно рабочей программе и общепринятым методическим рекомендациям.

#### **5. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся**

##### **на уроках физической культуры**

##### **5.1. Оценивание обучающихся, посещающих уроки физической культуры**

###### **5.1.1. Текущее оценивание.**

Оценивание обучающихся 2-11 классов происходит по 5-балльной системе. Оценивание обучающихся 1 класса – словесное.

При выставлении оценки учитывается старание обучающегося, его физическая подготовка, способности.

###### **5.1.2. Итоговое оценивание.**

Итоговое оценивание происходит на основе текущих оценок, полученных учеником в течение четверти (полугодия). Количество текущих оценок для выставления четвертной отметки – не менее 3.

**5.2. Оценивание обучающихся 2-11 классов, освобожденных от занятий физкультурой на длительный срок (на учебный период) или освобожденных после болезни и не имеющих достаточное для выставления итоговой оценки количество текущих оценок.**

**5.2.1. Если обучающийся имеет освобождение, присутствует на уроке физкультуры, но не занимается, то выставление итоговой оценки происходит на основании выполнения теоретических заданий.**

**5.2.2. Оценка каждого обучающегося, освобождённого по медицинским показаниям по физической культуре, выставляется на основе теоретических знаний или справки из поликлиники о посещении лечебной физкультуры.**

### 5.2.3. Порядок выполнения теоретических и практических заданий.

После предоставления справки об освобождении от занятий физкультурой учитель выдает ученику теоретические вопросы.

Также, обучающиеся, освобожденные на текущий учебный год на основании справки медицинской комиссии, по желанию могут быть аттестованы на основании выполнения письменного задания в форме реферата.

Вопросы, выдаваемые ученикам, соответствуют программе, результатам обучения и возрасту обучающихся.

Оценивание обучающихся, освобождённых по медицинским показаниям, проводится по пятибалльной системе по следующим показателям:

#### 5.2.3.1. Теоретическая часть (знания)

Учитель может оценить теоретическую часть в следующих формах:

##### 1. Ответы на теоретические вопросы, соответствующие программе.

На предпоследней неделе четверти ученики отвечают письменно на 3 вопроса из выданных вопросов и получают 3 оценки (оценка за каждый вопрос).

##### 2. Реферат.

В начале курса во время консультаций учитель предлагает обучающемуся тему реферата, знакомит с правилами оформления рефератов, составляет с учеником план реферата. Обучающийся, основываясь на своем диагнозе, должен описать комплекс мероприятий: образ жизни, двигательный режим (чередование периодов работы и отдыха), режим питания, распорядок дня, интенсивность нагрузок, лечебные и поддерживающие мероприятия (влияние их на организм). Реферат должен быть сдан на ознакомление членами комиссии в назначенные сроки, не позднее двух недель до окончания четверти. Защита реферата происходит в присутствии комиссии, состоящей из двух преподавателей физической культуры и завуча школы, за неделю до окончания четверти. При оценивании реферата учитывается:

- правильность оформления;
- соответствие содержания поставленным перед учеником в начале курса задачам (соответствие плану, составленному совместно с учителем);
- устный ответ (краткий обзор написанного реферата, ответы на вопросы по реферату).

Требования к написанию реферата (Приложение 1)

##### 3. Представление теоретического материала.

В зависимости от возрастной группы подготовить по заданию учителя раздел из программного теоретического материала (например: техника безопасности, оказание первой помощи, развитие качеств, самоконтроль, тактические действия и т.д.).

##### 4. Работа с учебником.

Работа с теоретическим материалом в учебнике по физической культуре, ответы на вопросы, сообщения, составление кроссвордов, викторин и др.

Обучающиеся начальной школы (2 - 4 классы) представляют теоретические знания в виде рисунков и рассказов по ним.

#### 5.2.3.1.1. Оценивание теоретической части

По результатам выполнения заданий теоретической части выставляется оценка по пятибалльной шкале, пункт 1 оценивается обязательно, остальные по усмотрению учителя.

### 5.2.3.2. Практическая часть.

1. Присутствие на уроках.
2. Сдача зачетов по технике исполнения упражнений (по медицинским показателям).
3. Участие в разминке на каждом уроке (по медицинским показателям).
4. Выполнение индивидуального комплекса упражнений по заданию учителя в соответствии с рекомендациями врача.
5. Помощь при проведении урока, судейство, выполнение роли направляющего (проверяются знания терминологии),
6. Помощь в организации соревнований.

#### 5.2.3.2.1. Оценивание практической части

По результатам выполнения заданий практической части выставляется оценка по пятибалльной шкале, пункты 1 и 2 оцениваются обязательно, остальные по усмотрению учителя.

5.2.4. Учитель имеет право выбрать из каждой части те мероприятия, которые наиболее подходят индивидуальным особенностям конкретного обучающегося,

5.2.5. Итоговый контроль организуется по четвертям (2 - 9 классы), полугодиям (10 – 11 классы), на его основе выставляется годовая оценка по физической культуре, выявляются сдвиги в состоянии здоровья, физической и двигательной подготовленности.

## **6. Методика учета успеваемости и оценки успеваемости обучающихся, непосещающих уроки физической культуры по неуважительной причине**

6.1. В случае непосещения обучающимися уроков физической культуры по неуважительной причине, учитель обязан через классного руководителя донести эту информацию до родителей обучающегося (или его представителей).

6.2. Учет успеваемости обучающихся, не занимающихся на уроке физической культуры по неуважительной причине, но находящихся на уроке, основывается на оценке успеваемости обучающихся, освобождённых по медицинским показаниям по физической культуре, подразделяется на текущий и итоговый. (Раздел 5)

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

## **7. Методика учета успеваемости и оценки обучающихся на уроках физической культуры во время лыжной подготовки**

7.1. Учет успеваемости обучающихся, освобождённых по медицинским показаниям или не посещающих уроки по неуважительной причине, основывается на оценке успеваемости обучающихся, освобождённых по медицинским показаниям по физической культуре (раздел 5). Данные обучающиеся должны быть одеты соответственно погоде и находиться на улице вместе с классом.

7.2. В случае, если обучающийся имеет физкультурную форму, но не имеет спортивного инвентаря (лыж, лыжных палок), учителю необходимо организовать работу обучающегося на уроке без использования спортивного инвентаря.

В этом случае учет успеваемости обучающихся проводится на общих основаниях по пятибалльной системе.

## 8. Критерии оценивания обучающегося на уроках физической культуры.

8.1. Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры отметкой «5» (*отлично*) в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.

3. Обучающийся имеет выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.

4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре для своего возраста.

5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, а также необходимыми навыками, знаниями теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

8.2. Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры отметкой «4» (*хорошо*) в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.

3. Обучающийся имеет отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.

4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре для своего возраста.

5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в судействе или организации урока, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

8.3. Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры отметкой «3» (*удовлетворительно*) в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Имеет с собой спортивную форму в не полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.

3. Обучающийся имеет выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических возможностях обучающегося, которые могут быть замечены учителем физической культуры.

4. Продемонстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение полугодия.

5. Частично выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

8.4. Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры отметкой «2» (*неудовлетворительно*) в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Обучающийся не имеет выраженных отклонений в состоянии здоровья и при этом не мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем физической культуры.

2. Не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств.

3. Не выполнял теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

### Требования к написанию реферата

Представлять рефераты обучающиеся начинают с 5 класса.

Реферат представляет собой доклад на определенную тему. Это одна из начальных форм представления результатов научного исследования в письменном виде.

Рекомендации по его оформлению:

1. Объем реферата определяет сам референт. Обычно объем реферата колеблется от 2 до 12 машинописных страниц.

2. Реферат должен иметь титульный лист, оглавление, основную часть и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице реферата.

3. Реферат должен быть написан простым, ясным языком. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если такие термины и символы приводятся, то необходимо разяснять их значение при первом упоминании в тексте.

#### Оценивание реферата

Максимальная оценка за подготовку и защиту реферата – 5 баллов. Оценивание реферата производится на основании следующих критериев:

- правильное и полное раскрытие темы реферата, ее актуальности – 1 балл;
- правильное цитирование теоретических источников, уровень обобщения и анализа научных трудов – 1 балл;
- грамотность, логичность и общий стиль письменного изложения – 1 балл;
- умение сформулировать выводы – 1 балл;
- умение устно изложить краткое содержание, выбрав основную суть вопроса; соблюдение логики изложения (введение, основное содержание, краткие выводы по теме) – 1 балл.

#### Примерные темы рефератов:

- 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 обучающихся 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) в России и в мире.
- 10) Место физической культуры в общей культуре человека.
- 11) Прогрессивные концепции физической культуры: перестройка физического воспитания.
- 12) Культура здоровья как одна из составляющих образованности.
- 13) Пути и условия совершенствования личной физической культуры.
- 14) Организация проведения физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного дня.
- 15) Охрана труда и техника безопасности на занятиях и уроках физической культурой, школьным спортом и туризмом.
- 16) 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.
- 17) Здоровый образ жизни и молодежь.



- 18) Влияние циклических видов спорта на сердечно-сосудистую систему организма человека.
- 19) Зрение школьников: тенденции и реальность
- 20) Аэробика как одно из направлений здоровьесберегающих технологий.
- 21) Соблюдение режима как одно из условий сохранения здоровья обучающихся.
- 22) Сотовая связь и ее влияние на организм человека.
- 23) Ценностные ориентации современной молодежи.
- 24) Холодовая тренировка организма.
- 25) Выживание в различных климатических зонах.
- 26) Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам.
- 27) Физиология и гигиена индивидуальной защиты от холода.
- 28) Адаптация и конституция человека
- 29) Как выжить в экстремальных условиях
- 30) Физическая культура в учебном и свободном времени школьников.
- 31) Метод круговой тренировки
- 32) Понятие о здоровом образе жизни и факторах положительного влияния занятий физической культуры на укрепление физического здоровья, психического и нравственного развития человека;
- 33) Понятие о правильном режиме питания;
- 34) Понятие о формах двигательной активности;
- 35) Методы самоконтроля;
- 36) Основы организации самостоятельных занятий корригирующей гимнастикой, их направленность, структура, содержание и режим нагрузки (с учетом индивидуальных показателей здоровья, физического развития и подготовленности);
- 37) Понятие о правильной осанке;
- 38) Понятие о рациональном дыхании;
- 39) Правила оказания первой доврачебной медицинской помощи при травмах во время занятий физическими упражнениями;
- 40) Гигиенические требования и правила техники безопасности на занятиях физическими упражнениями в условиях спортивного зала, спортивной площадки, тренажерного зала, бассейна;
- 41) Понятие о физическом развитии и физической подготовленности человека.

Прошито, пронумеровано и скреплено  
печатью 9 (девять раз)

листов.

Директор МБОУ «Лицей №14», НМР РТ  
 О.О. Пустоглосова

