

ПРИНЯТО
педагогическим советом
Протокол № 1 от 30.08.2018



УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ «Тогурская СОШ»
О.А.Пшеничникова
приказ от 30.08.2018 № 230

ПОЛОЖЕНИЕ
об организации уроков физической культуры, об оценивании и
аттестации обучающихся по предмету «Физическая культура»

1. Общие положения

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

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и Науки от 28.12.2010 г. №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования Российской Федерации, Министерства Здравоохранения Российской Федерации, Госкомспорта Российской Федерации и Российской Академии образования от 16 июля 2002 г. №2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;
- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 31.10. 2003 г. №13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.05. 2012 г. № МД-520/19 «Об оснащении спортивных залов и сооружений общеобразовательных учреждений»;
- Постановление Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарноэпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 № 189, (зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 03.03.2011 № 19993);

2. Группы здоровья

2.1. 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).

2.2. В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся делятся по состоянию здоровья на три группы: *основную, подготовительную и специальную* медицинскую группу. 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).

2.3. 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. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной

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 дня основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок (в том числе временных).

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.

2.5. Классный руководитель в начале учебного года с согласия родителей (законных представителей) обучающихся доводит до сведения учителя физкультуры информацию из листка здоровья о медицинских группах учащихся.

2.6. Для детей-инвалидов и обучающихся с ОВЗ создаются адаптивные программы предмета «Физическая культура», преподавание ведётся в соответствии с учебным планом МБОУ «Тогурская СОШ».

3. Требования к внешнему виду обучающихся и посещению уроков физической культуры.

3.1. Изучение предмета «Физическая культура» является обязательным для всех обучающихся 1-11 классов.

3.2. Во время урока физической культуры все обучающиеся, в том числе и временно освобождённые от физических нагрузок или от занятий определёнными видами спорта, находятся в помещении спортивного зала или на стадионе в спортивной форме.

3.3. Спортивная форма учащихся включает в себя: спортивный костюм (или спортивные брюки, или спортивные шорты), футболку, носки, спортивную обувь на нескользкой белой подошве (кеды или кроссовки).

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

3.5. Если учащийся не имеет спортивной формы, он не допускается к практическим занятиям физической культурой, но находится на уроке физической культуры и теоретически изучает учебный материал, преподаваемый во время урока, соблюдает дисциплину и выполняет все указания учителя физкультуры. Неудовлетворительная отметка за отсутствие спортивной формы на уроке ученику не выставляется, но выставляется отметка за работу на уроке по итогам устного опроса учащегося в конце урока.

3.6. Если ученик не приносит спортивную форму на урок физической культуры, пропускает занятия по неуважительным причинам, учитель обязан проинформировать об этом классного руководителя и родителей (законных представителей) учащегося через классный (электронный) журнал.

3.7. Во время уроков физической культуры всем учащимся запрещается:

- находиться в раздевалке;
- пользоваться телефоном, планшетом, ноутбуком, фотоаппаратом;
- выходить из спортивного зала, покидать стадион, бассейн без разрешения учителя;
- жевать жевательную резинку;
- носить браслеты, часы, кольца, цепочки, длинные сережки;
- наличие длинных ногтей и распущенных волос.

4. Организация урока физической культуры

4.1. 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.

4.2. 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 фрамуг. 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.

4.3. На первых уроках каждой четверти (полугодия) учащиеся проходят инструктаж по охране труда, о чём делается запись в соответствующем журнале учёта проведения инструктажа по охране труда.

4.4. Учитель физической культуры знакомит обучающихся с программным материалом данной четверти, с требованиями к уроку, к спортивной форме, с санитарно-гигиеническими нормами, с требованиями к дисциплине и организации учащихся на уроке.

4.5. В течение учебного года перед каждым новым разделом программы с учащимися проводится текущий инструктаж по охране труда с целью ознакомления со способами предупреждения травм, правилами контроля за выполняемыми тренировочными нагрузками, страховки и само страховки на уроках физкультуры, о чём делается запись в соответствующем журнале учёта проведения инструктажа по охране труда.

4.6. В целях организованного начала и окончания урока, организации учащихся в раздевалках, с целью недопущения случаев травматизма и правонарушений, соблюдения санитарно – гигиенических, норм установлен следующий порядок организации урока физкультуры:

4.6.1. Учащиеся допускаются в раздевалку за 5 минут до звонка на урок.

4.6.2. Во время переодевания учащихся до и после урока учитель физической культуры находится в спортивном зале и следит за порядком в раздевалках.

4.6.3. Уроки физической культуры проводятся согласно методическим рекомендациям:

1) Вводная часть (построение, сообщение целей урока)

2) Подготовительная часть (разминка, специальные упражнения) 3) Основная часть (в соответствии с темой урока).

4) Заключительная часть (построение, подведение итогов урока и выставление отметок).

4.6.4. На переодевание учащихся после урока физической культуры отводится 5-7 минут.

4.6.5. После урока учитель физической культуры проверяет, что все учащиеся вышли из раздевалок и забрали свои личные вещи.

4.7. Учителя физкультуры, ведущие уроки в 1-4 классах, приходят перед уроком в учебный кабинет за учениками, ведут их организованным строем в спортивный зал или на стадион, контролируя соблюдение учащимися дисциплины во время всего пути. После урока учитель таким же образом приводит детей в учебный кабинет и оставляет их под присмотром классного руководителя или учителя, ведущего следующий по расписанию урок.

5. Текущее оценивание на уроках физической культуры, промежуточная и итоговая аттестация учащихся

5.1. В аттестаты об основном общем образовании и среднем общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре.

Учет успеваемости по физической культуре обучающихся проводится в течение всего учебного года и решает следующие задачи:

- определение уровня знаний и физической подготовленности учащихся разных классов;
- формирование интереса обучающихся к школьным и самостоятельным занятиям физическими упражнениями, суточному и недельному двигательному режиму;
- воспитание здорового образа жизни;
- сдача норм ГТО;
- привлечение учащихся к занятиям в спортивных школах;
- выявление способных и одаренных детей.

5.2. При выставлении текущих отметок по физической культуре учащимся 2-11 классов учитывается старание учащегося, его физическая подготовка, способности, возрастные и половые особенности, личные достижения.

Оценивание учащихся 1 класса безотметочное.

5.2.1. Учащиеся 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 требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений, занятий.
3. Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.
4. Постоянно на уроках демонстрирует улучшение двигательных навыков и умений в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Сдаёт или подтверждает нормативы по физической культуре, соответствующие возрасту.
5. Владеет теоретическими и практическими знаниями и умениями в области физической культуры, овладевает доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказывает посильную помощь в судействе или организации урочных и внеурочных спортивных мероприятий.

5.2.3. Учащиеся 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 требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений, занятий.
3. Учащийся, имеющий отклонения в состоянии здоровья, мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительная динамика в развитии физических качеств, отмеченная учителем и озвученная. 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.
4. Владеет теоретическими и практическими знаниями и умениями в области физической культуры, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказывает посильную помощь в судействе или организации урока.

5.2.4. Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры отметкой «3» (*удовлетворительно*), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в неполном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений, занятий.
3. Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических качествах 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, имеет навыки самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, обладает необходимыми теоретическими и практическими знаниями и умениями в области физической культуры.

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

1. Не имеет с собой спортивной формы в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры.
3. Учащийся, не имеющий выраженных отклонений в состоянии здоровья, не имеет стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями. Нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем физической культуры.
4. Не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств.
5. Не выполнял теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками

самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями и умениями в области физической культуры.

5.4. Промежуточная и итоговая аттестация учащихся по предмету «Физическая культура» осуществляется в соответствии с Положением о системе оценивания знаний, умений, навыков, компетенций учащихся и форме, порядке и периодичности текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся МБОУ «Тогурская СОШ».

6. Организация изучения предмета «Физическая культура» с обучающимися, временно освобожденными по медицинским показаниям от физических нагрузок или от занятий определёнными видами спорта.

6.1. Изучение предмета «Физическая культура» с обучающимися, временно освобожденными по медицинским показаниям от физических нагрузок или от занятий определёнными видами спорта, организуется в форме выполнения практических и теоретических заданий.

6.2. С целью развития физических возможностей и общего оздоровления обучающихся изучение предмета «Физическая культура» с обучающимися, временно освобожденными по медицинским показаниям от физических нагрузок или от занятий определёнными видами спорта, организуется, в первую очередь, в форме выполнения практических заданий.

6.3. Изучение предмета «Физическая культура» в форме выполнения теоретических заданий организуется с обучающимися, временно освобожденными по медицинским показаниям от плавания и лыжной подготовки, длительно пропускающих уроки по уважительным причинам, а также с обучающимися, не имеющими спортивной формы на уроке.

6.4. Практические задания для обучающихся, временно освобожденных по медицинским показаниям от физических нагрузок или от занятий определёнными видами спорта:

- Сдача зачетов по технике исполнения упражнений (по медицинским показателям).
 - Участие во вводной, подготовительной и заключительной частях урока (по медицинским показателям).
 - Выполнение индивидуального комплекса упражнений по заданию учителя в соответствии с рекомендациями врача.
 - Помощь при проведении урока, судейство, выполнение роли организатора (проверяются знания терминологии, правильность выполнения общеразвивающих упражнений).
 - Помощь в организации урочных и внеурочных спортивных мероприятий.
- 6.5. Теоретические задания:

для обучающихся, не имеющих спортивной формы на уроке:

- теоретическое изучение темы урока, ответ на вопросы учителя по теме в конце урока.

для обучающихся, временно освобожденных по медицинским показаниям от плавания и лыжной подготовки, длительно пропускающих уроки по уважительным причинам:

- письменный зачёт в форме ответа на 3 вопроса. Зачёт организуется следующим образом: после предоставления справки об освобождении от занятий физкультурой или документа, подтверждающего уважительную причину длительного пропуска уроков, учитель выдает ученику список теоретических вопросов, соответствующих изучаемой программе и возрасту учащихся. На предпоследней неделе четверти ученики отвечают письменно на 3 вопроса по выбору учителя из выданного списка и получают 3 отметки (по одной отметке за каждый вопрос). Обучающиеся 10-11 классов также сдают письменный зачёт в конце четверти; *или*

- подготовка доклада. После предоставления справки об освобождении от занятий физкультурой или документа, подтверждающего уважительную причину длительного пропуска уроков, учитель выдает ученику список тем докладов, из которого ученик самостоятельно выбирает тему доклада. Доклад должен быть сдан учителю в назначенные сроки, не позднее недели до окончания четверти. Обучающиеся 10-11 классов также защищают доклады в конце четверти. Защита доклада происходит в присутствии учащихся класса. Допускается сопровождать защиту доклада презентацией. Требования к докладу см. Приложение 1. Примерные темы докладов см. Приложение 2. Ученик получает отметку за защиту реферата. Если отметка за защиту реферата является единственной за четверть, учитель физической культуры на её основе выставляет обучающемуся отметку за четверть.

7. Организация занятий по лыжной подготовке и оценка успеваемости обучающихся на уроках лыжной подготовки.

7.1. На основании программы по физической культуре в зимний период времени проводятся занятия по лыжной подготовке. Данные занятия организуются с целью оздоровления обучающихся, их закаливания, овладения ими жизненно важными двигательными умениями и навыками в лыжной подготовке.

7.2. Уроки физической культуры по программе «Лыжная подготовка» обязаны посещать все обучающиеся, имеющие основную и подготовительную группы здоровья, обучающиеся специальной медицинской группы по желанию учащегося и на основании письменного заявления родителей (законных представителей) обучающегося при отсутствии медицинских противопоказаний.

Обучающиеся, освобождённые от уроков лыжной подготовки по медицинским показаниям или не посещающие данные уроки по уважительной причине, во время урока должны находиться или в учебном кабинете под присмотром классного руководителя, или, по заявлению родителей, в читальном зале библиотеки. Если урок первый или последний, то по заявлению родителей учащийся может находиться дома. В таком случае учитель физкультуры организует с обучающимися теоретическое изучение предмета в соответствии с данным Положением.

7.3. Обучающиеся должны одеваться по погоде, иметь свободную спортивную одежду, шапку, перчатки. Для занятий на лыжах необходимо иметь следующий инвентарь: лыжи, лыжные ботинки, палки.

7.4. В случае, если обучающийся имеет специальную форму для занятий лыжной подготовкой, но не имеет спортивного инвентаря (ботинок, лыж, лыжных палок), учителю необходимо организовать работу учащегося на уроке без использования спортивного инвентаря. В этом случае оценка успеваемости обучающегося осуществляется как участие в уроке.

7.5. В случае, если обучающийся не имеет специальной формы для занятий лыжной подготовкой и специального инвентаря, он должен находиться вместе с классом под присмотром учителя физической культуры и совершать прогулку на свежем воздухе, теоретически изучая учебный материал, преподаваемый во время урока. Неудовлетворительная отметка ученику в таком случае не выставляется, но выставляется отметка за работу на уроке по итогам устного опроса учащегося в конце урока.

7.6. Уроки по лыжной подготовке должны проводиться на территории школы, на школьном стадионе для учащихся начальных классов, и на стадионе МБОУ «Тогурская СОШ» для учащихся 5-11 классов.

7.7. При занятиях на улице учителя физической культуры руководствуются нормами СанПиН 2.4.2.2821-10 (Приложение 7):

Рекомендации по проведению занятий физической культурой, в зависимости от температуры и скорости ветра, в некоторых климатических зонах Российской Федерации на открытом воздухе в зимний период года

Климатическая зона	Возраст обучающихся	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
Северная часть Российской Федерации (Красноярский край, Омская область и др.)	до 12 лет	- 10 - 11°C	-6 - 7°C	-3 - 4°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	
	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	

7.8. Решение о занятии на свежем воздухе принимает учитель физической культуры, ориентируясь на конкретные погодные условия и с учетом данных норм.

7.9. Перед началом занятия по лыжной подготовке учитель физической культуры проводит

измерение температурного режима на месте проведения занятий, на основании чего принимается решение о проведении занятий в этот день по лыжной подготовке. Ответственность за подготовку лыжни для проведения занятий несут учителя физкультуры, проводящие занятия в этот день.

7.10. Перед началом занятия обучающиеся переодеваются в спортивную форму в раздевалке спортивного зала или в классах. Со звонком к началу урока обучающиеся строятся в холле лицея на 1-м этаже в форме для проведения занятий по лыжной подготовке или, если у учащегося отсутствует специальная форма, в верхней одежде.

7.11. Учитель физической культуры до построения на улице проводит проверку присутствующих на уроке, проводит с учащимися инструктаж по технике безопасности.

7.12. Ученики строятся на улице у главного входа в школу, проверяют техническое состояние своего инвентаря и передвигаются под руководством учителя физической культуры в пешем строю к установленному месту занятий. Переноска лыж учащимися осуществляется в вертикальном положении, остриями лыж вверх.

7. 13. По окончании занятий учитель физической культуры организует построение обучающихся, проверку присутствующих и самочувствия обучающихся. По окончании занятий учащиеся осуществляют очистку инвентаря от снега.

7.14. Возвращение в школу осуществляется за 5-7 минут до окончания урока для постановки инвентаря на место хранения, переодевания и обогрева обучающихся, полноценной подготовки к последующим урокам. По прибытии в школу обучающиеся под руководством учителя физической культуры ставят лыжный инвентарь в указанное для его хранения место.

7.15. По окончании курса лыжной подготовки учащиеся или их родители (законные представители) должны забрать личный спортивный инвентарь, временно хранящийся в школе.

Приложение 1.

ТРЕБОВАНИЯ К НАПИСАНИЮ ДОКЛАДА

Представлять доклады или рефераты обучающиеся начинают с 5 класса.

Доклад представляется учащимися на определенную тему. Это одна из начальных форм представления результатов научного исследования в письменном виде. Рекомендации по его оформлению:

1. Объем доклада обычно колеблется от 2 до 5 машинописных страниц.
2. Доклад должен иметь титульный лист, оглавление, основную часть и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи реферата.
3. Доклад должен быть написан простым, ясным языком. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если такие термины и символы приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте.

Оценивание доклада.

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

- правильное и полное раскрытие темы, 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.

Приложение 2.

ТРЕБОВАНИЯ К НАПИСАНИЮ РЕФЕРАТА

Реферат (от лат. refero - "сообщаю") - краткое изложение в письменном виде или форме публичного доклада содержания книги, статьи или нескольких работ, научного труда, литературы по общей тематике.

Реферат - это самостоятельная научно-исследовательская работа учащегося, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы; приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание материала должно быть логичным, изложение материала носит проблемно-поисковый характер.

Тематика рефератов определяется учителем, а право выбора темы реферата предоставляется самому обучающемуся.

Прежде чем выбрать тему реферата, автору необходимо выяснить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы поработать, более глубоко ее изучить.

Учитель должен ознакомить обучающихся с требованиями, предъявляемыми к форме написания реферата, определить его примерный объем, количество первоисточников, которые будут проанализированы в работе. Помощь в выборе литературы для реферата также входит в компетенцию учителя.

Этапы работы над рефератом

1. Формулирование темы. Тема должна быть не только актуальной по своему значению, но оригинальной, интересной по содержанию.
2. Подбор и изучение основных источников по теме (как правило, не менее 8-10).
3. Составление библиографии.
4. Обработка и систематизация информации.
5. Разработка плана реферата.
6. Написание реферата.
7. Публичное выступление с результатами исследования.

Содержание работы должно отражать

1. знание современного состояния проблемы;
2. обоснование выбранной темы;
3. использование известных результатов и фактов;
4. полноту цитируемой литературы, ссылки на работы ученых, занимающихся данной проблемой;
5. актуальность поставленной проблемы;
6. материал, подтверждающий научное, либо практическое значение в настоящее время.

Компоненты содержания

1. Титульный лист.
2. План-оглавление (в нем последовательно излагаются название пунктов реферата, указываются страницы, с которых начинается каждый пункт).
3. Введение (формулируется суть исследуемой проблемы, обосновывается выбор темы, определяется ее значимость и актуальность выбранной темы, указывается цель и задачи реферата, дается анализ использованной литературы).
4. Основная часть (каждый раздел, доказательно раскрывая отдельную проблему или одну из её сторон, логически является продолжением предыдущего, даются все определения понятий, теоретические рассуждения, исследования автора или его изучение проблемы).
5. Заключение (подводятся итоги или дается обобщенный вывод по теме реферата, предлагаются рекомендации).
6. Список литературы (в соответствии со стандартами).

Требования к оформлению работы

1. Работа оформляется на белой бумаге (формат А-4) на одной стороне листа.
2. На титульном листе указывается Ф.И.О. автора, название образовательного учреждения, тема реферата, Ф.И.О. научного руководителя (учителя).
3. Обязательно в реферате должны быть ссылки на используемую литературу.
4. Должна быть соблюдена последовательность написания библиографии.
5. Приложения: чертежи, рисунки, графики не входят в общий объем работы и располагаются в конце реферата.
6. Объем работы: 10-15 листов машинописного текста. В реферате используется шрифт TimesNewRoman, начертание – обычный, размер шрифта – 14 пт (при оформлении таблиц допускается 12 пт); одинарный межстрочный интервал, выравнивание абзаца по ширине, с отступом первой строки 1,25 см. Для оформления заголовков допускается использование шрифта размером 14 – 16 пт в зависимости от размеров основного текста. В документе кавычки оформляются следующим образом: «...».

При оформлении реферата устанавливаются следующие размеры полей:

левое – не менее 20 мм;

правое – 10 мм;

верхнее – 20 мм;

нижнее – 20 мм.

Рецензия на реферат содержит оценку

1. Эрудированности в рассматриваемой области:
 - актуальность заявленной проблемы;
 - степень знакомства с современным состоянием проблемы; □ использование известных результатов и научных фактов в работе;
 - полнота цитируемой литературы.
2. Собственные достижения автора:
 - использование знаний вне школьной программы;
 - степень новизны;
 - научная значимость проблемы;
 - владение научным и специальным аппаратом.
2. Характеристика работы:
 - грамотность и логичность изложения материала;
 - структура работы (введение, основная часть, вывод, приложения, список литературы);

• соответствие оформления реферата стандартам.

Рекомендации по работе обучающихся с рефератом

1. Тема реферата должна быть определена учителем и учеником совместно. Важно, чтобы цель и задачи реферативной работы были осознаны и приняты школьником.

2. Также совместно намечается план деятельности школьника, определяется порядок работы с научной литературой. Учитель знакомит ребят с правилами пользования каталогами разных типов для поиска нужной книги в библиотеке; рекомендует печатные работы, с которыми необходимо ознакомиться.

3. Желательно показать ребятам эффективные приёмы конспектирования литературных источников. В частности, может быть рекомендовано выписывание необходимых фрагментов текста на небольшие карточки, с указанием фамилии и инициалов автора печатной работы, её названия и других необходимых данных.

4. После окончания работы с литературными источниками полученный материал обсуждается учеником и учителем. На этой основе составляются оглавление реферата и список литературы.

5. На литературном листе работы указываются: наименование учебного заведения, в котором выполнена реферативная работа; Ф. И. О. исполнителя; тема реферата; Ф. И. О. руководителя работы, его должность и учёная степень; год написания реферата.

6. В оглавлении должны быть: главы; в каждой главе – параграф; заключение; список литературы. Главам и параграфам даются названия. Справа, напротив каждого параграфа или главы, указываются номера страниц.

7. Весь наработанный учащимися теоретический материал перед написанием реферата должен быть логично распределён по главам и параграфам.

8. При изложении материала необходимо правильно делать ссылки на литературные источники.

9. В процессе изложения материала следует избегать "уходов в сторону" от темы реферата, нарушения логической, последовательности в анализе фактов и идей, искажения мыслей автора научного труда.

10. Не рекомендуется наклеивание на страницы реферата вырезанных из различных книг и журналов картинок, схем, иллюстраций. Это считается признаком "дурного тона", и не допускается в научных работах любого уровня.

11. Желательно, чтобы все схемы и рисунки были выполнены самим автором реферата. Если это невозможно, в тексте работы или под каждым рисунком должно быть указано, кто именно является его исполнителем.

12. Если фрагмент текста переписывается в реферативную работу без изменений, т. е. цитируется, он заключается в кавычки, а в конце цитаты обязательно указывается порядковый номер источника в списке литературы и страница печатной работы, где эта мысль сформулирована.

13. В конце каждой главы желательно сформулировать краткие выводы, выделив основные идеи. А в "Заключении" подвести общие итоги, сформулировать основные выводы, проанализировать степень успешности решения поставленных автором реферата целей и задач, определить перспективы дальнейшей разработки данной темы.

14. При составлении списка литературы печатные работы располагаются либо в алфавитном порядке (по фамилии автора), либо в соответствии со сроком выхода работы в печати.

15. Тема реферата может быть связана непосредственно с изучаемым по программе учебным материалом, а может выходить за его пределы и касаться истории геометрии, её интересных приложений, связи с современностью и т. п.

16. Реферат должен быть заранее представлен на рецензию учителю, например за неделю до защиты.

17. В процессе защиты ученик делает небольшой доклад. В нём он, по возможности, отражает основные вопросы, затронутые в работе, её результаты и показывает наиболее красивые примеры, задачи, теоремы, удачные иллюстрации. Затем зачитывается рецензия. Вслед за этим все желающие обмениваются мнениями. На этом защита реферата заканчивается, и экзаменационная комиссия выставляет выпускнику соответствующую оценку.

Примерные темы докладов или рефератов:

- Олимпийские игры древней Греции в сравнении с современными олимпийскими играми.
- Олимпийские игры современности: пути развития.
- Значение физической культуры в развитии личности.
- Мой любимый вид спорта и его значение для моего развития.
- Физическая культура в моей семье.
- Современные виды спорта и спортивные увлечения учащихся моей школы.
- Адаптивная физическая культура и её роль в жизни человека.
- Допинги в спорте и в жизни, их роль.
- История развития лыжного спорта (конькобежного спорта) 20 века в России и в мире.
- Место физической культуры в общей культуре человека.
- Прогрессивные концепции физической культуры: перестройка физического воспитания.
- Культура здоровья как одна из составляющих образованности.

- Пути и условия совершенствования личной физической культуры.
- Организация проведения физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного дня.
- Охрана труда и техника безопасности на занятиях и уроках физической культурой, школьным спортом и туризмом.
- 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.
- Здоровый образ жизни и молодежь.
- Влияние циклических видов спорта на сердечно-сосудистую системы организма.
- Зрение школьников: тенденции и реальность
- Аэробика как одно из направлений здоровьесберегающих технологий.
- Соблюдение режима как одно из условий сохранения здоровья учащихся.
- Сотовая связь и ее влияние на организм человека.
- Ценностные ориентации современной молодежи.
- Холодовая тренировка организма.
- Выживание в различных климатических зонах.
- Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам.
- Физиология и гигиена индивидуальной защиты от холода.
- Адаптация и конституция человека
- Как выжить в экстремальных условиях
- Физическая культура в учебном и свободном времени школьников.
- Метод круговой тренировки
- Понятие о здоровом образе жизни и факторах положительного влияния занятий физической культуры на укрепление физического здоровья, психического и нравственного развития человека;
- Понятие о правильном режиме питания;
- Понятие о формах двигательной активности;
- Методы самоконтроля;
- Основы организации самостоятельных занятий корригирующей гимнастикой, их направленность, структура, содержание и режим нагрузки (с учетом индивидуальных показателей здоровья, физического развития и подготовленности);
- Понятие о правильной осанке;
- Понятие о рациональном дыхании;
- Правила оказания первой доврачебной медицинской помощи при травмах во время занятий физическими упражнениями;
- Гигиенические требования и правила техники безопасности на занятиях физическими упражнениями в условиях спортивного зала, спортивной площадки, тренажерного зала, бассейна;
- Понятие о физическом развитии и физической подготовленности человека.

Приложение 3.

Перечень вопросов и практических заданий для аттестации выпускников основной и средней общеобразовательной школы по физической культуре, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе

Примерные вопросы

1. Что такое "здоровый образ жизни"?
2. Что значит "рациональный режим питания"?
3. Что называют "рациональным режимом двигательной активности"?
4. Чем характеризуется здоровый досуг?
5. Зачем нужно заниматься физической культурой учащимся, которые по состоянию здоровья отнесены к специальной медицинской группе?
6. Какие физические упражнения полезно выполнять с учетом твоего заболевания?
7. Какие правила надо соблюдать при составлении и выполнении комплекса корригирующей гимнастики при твоем заболевании?
8. Какие правила надо соблюдать при составлении и выполнении комплекса утренней гимнастики при твоем заболевании?
9. Как сформировать правильную осанку?
10. Какие ты знаешь правила оказания первой медицинской помощи при травме руки (ноги), полученной во время занятий физической культурой?
11. Какие меры предосторожности нужно соблюдать при выполнении физических упражнений?
12. Какие бывают дыхательные упражнения, зачем они нужны и как выполняются?
13. Какие релаксационные упражнения ты знаешь, зачем они нужны и как выполняются?
14. Как влияют регулярные занятия физической культурой на состояние организма?

15. Что такое физическая подготовленность и как ее оценивают?
16. Какие ты знаешь основные физические качества?
17. Как можно контролировать свое состояние во время занятий физической культурой?
18. Какие виды оздоровительной физической культуры тебе известны?

Примерные виды практических заданий (выполняются при отсутствии противопоказаний)

1. Комплекс упражнений ежедневной утренней зарядки.
2. Комплекс упражнений дыхательной гимнастики.
3. Комплекс упражнений корригирующей гимнастики (при конкретном заболевании).
4. Комплекс упражнений для развития силы рук (ног, спины, брюшного пресса).
5. Комплекс упражнений для развития координации движений.
6. Комплекс упражнений для развития быстроты.
7. Комплекс упражнений для развития общей выносливости.
8. Комплекс упражнений для развития гибкости.
9. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки.
10. Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия.
11. Самостоятельно составить комплекс упражнений утренней зарядки (из предложенного набора физических упражнений) и выполнить его.
12. Показать способы оказания первой медицинской помощи при травме руки.
13. Показать способы оказания первой медицинской помощи при травме ноги
14. Выполнить упражнения из изученных подвижных игр (броски мяча в баскетбольное кольцо; ведение мяча в баскетболе; подача мяча в волейболе; прием мяча в волейболе; элементы челночного бега и т.п.
15. Выполнить броски теннисного мяча в цель (без учета результата).

Приложение 4.

ПАМЯТКА ПЕДАГОГУ

Примерные показания для определения медицинской группы при некоторых отклонениях в состоянии здоровья у детей и подростков (по В.И.Дубровскому).

Заболевание, его форма и стадия	Медицинская группа			Занятия ЛФК
	Основная	Подготовительная	Специальная	
Поражение миокарда а) выздоровливающие после перенесенного ревматического миокарда б) миокардиодистрофия	При хорошем состоянии здоровья дают через 2 года после приступа При хорошем состоянии через год после болезни	Не ранее чем через год при отсутствии клинических признаков болезни Не ранее чем через 6 мес., при отсутствии клинических признаков болезни	Не ранее чем через 8-10 месяцев по окончании приступа с начала посещения школы	Назначаются в остром периоде и в первые месяцы после окончания острого приступа. В больнице и в домашних условиях
Врожденные пороки сердца без цианоза	—	—	При отсутствии динамических расстройств	В ранние сроки
Послеоперационный период	—	—	При успешных занятиях ЛФК в течение года	До и после операции
Хроническая пневмония	При ремиссии более 1года	Через 1-2 месяца после лечения	Через 1-2 месяца после обострения	В течение 1-2 месяцев после заболевания
Бронхиальная астма	Через 2 года после последнего приступа	Не ранее чем через 1 год после приступа	Если приступы не чаще 1-2 раз в год	При частых приступах

Операции на легких	—	Через 1 год после операции при нормальном течении послеоперационного периода	Через 4-6 месяцев после операции при нормальном течении послеоперационного периода	В раннем послеоперационном периоде
Туберкулез легких	При отсутствии дыхательной недостаточности, интоксикации	При благоприятном течении заболевания	При благоприятном течении, при дыхательной недостаточности 1 степени	Решается индивидуально
Хронический гастрит, колит	—	При общем хорошем состоянии	При отсутствии обострений в течение 6 месяцев	При не резко выраженной интоксикации и признаках истощен.
Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки	—	—	Не ранее чем через 1 год после окончания лечения	Вне обострения, при отсутствии кровотечения, болей
Гемофилия, болезнь Вельгофа	—	—	—	Может быть назначена при очень легкой форме
Хронический пиелонефрит	—	—	Вне периода обострения и при отсутствии изменений в сердце	При резких нарушениях с первых дней
Эндокринные заболевания (диабет, ожирение)	—	Назначается при легких и незначительных нарушениях	При умеренно выраженных нарушениях, недостаточной массе тела	При резких нарушениях с первых дней
Отставание в развитии	—	Когда показатели роста и массы тела ниже возрастных стандартов	При показателях роста и массы тела ниже возрастных стандартов	В ранние сроки
Грыжа паховая, бедренная, аппендицит	Не ранее чем через полгода после лечения	В течение полугода после возобновления занятий	В течение полугода после операции	В раннем послеоперационном периоде
Переломы костей	Не ранее чем через полгода	Через полгода после операции	В течение полу года после операции	С первых дней после операции
Сколиозы и нарушения осанки	При нарушениях осанки	—	—	При сколиозе

Врожденные и приобретенные деформации опорно-двигательного аппарата	При отсутствии нарушения двигательных функций	При не резко выраженных нарушениях двигательной функции, не ранее чем через 1 год занятий в спецгруппе	Решается индивидуально	При существенных нарушениях двигательных функций
Параличи, парезы, ДЦП, полиомиелит	—	—	Решается индивидуально в связи с клиникой и характером изменений мышечной системы	Рекомендуется с первых дней
Хронические болезни органов дыхания	При отсутствии существенных нарушений носового дыхания	При умеренном нарушении носового дыхания	При частых обострениях хронических заболеваний органов дыхания	В стационаре
Хронический отит с перфорацией барабанной перепонки	Противопоказано плавание, прыжки в воду	При отсутствии нарушений функции слуха	При гнойных процессах	После операции
Близорукость	Менее + 3 или - 3 без коррекции зрения	Менее + 3 или - 3 с коррекцией зрения	+ 7 и более	—

При комплектовании СМГ школьный врач и учитель физической культуры, кроме диагноза заболевания и данных о функциональном состоянии обучающихся, должны также знать уровень их физической подготовленности, который определяется при помощи двигательных тестов. В качестве тестов допустимо использовать только те упражнения, которые с учетом формы и тяжести заболевания не противопоказаны обучающимся.

Заболевания	Противопоказания и ограничения	Рекомендации
1	2	3
Сердечно-сосудистая система (неактивная фаза ревматизма, функциональные изменения и др.)	Упражнения, выполнение которых связано с задержкой дыхания, напряжением мышц брюшного пресса и ускорением темпа движений	Общеразвивающие упражнения, охватывающие все мышечные группы, в исходном положении лежа, сидя, стоя; ходьба, дозированный бег в медленном темпе
Органы дыхания (хронический бронхит, воспаление легких, бронхиальная астма и др.)	Упражнения, вызывающие задержку дыхания и чрезмерное напряжение мышц брюшного пресса	Дыхательные упражнения, тренировка полного дыхания и особенно удлиненного выхода
Заболевания почек (нефрит, пиелонефрит, нефроз)	Недопустимы упражнения с высокой частотой движений, интенсивностью нагрузки и скоростно-силовой направленностью, переохлаждение тела	При проведении общеразвивающих упражнений особое внимание уделяется укреплению мышц передней стенки живота. При занятиях плаванием (по специальному разрешению врача) ограничивается время пребывания в воде (5-10 мин. - первый год обучения, 10-15 мин. - второй и последующие годы обучения)
Нарушения нервной системы	Упражнения, вызывающие нервное перенапряжение (упражнения в равновесии на повышенной опоре),	Дыхательные упражнения, водные процедуры, аэробные упражнения

	ограничивается время игр и т.д.	
Органы зрения	Исключаются прыжки с разбега, кувырки, упражнения со статическим напряжением мышц, стойки на руках и голове	Упражнения на пространственную ориентацию, точность движений, динамическое равновесие, гимнастика для глаз
Хронические заболевания желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря, печени	Уменьшается нагрузка на мышцы брюшного пресса, ограничиваются прыжки	

Общую выносливость обучающегося можно оценить при беге (ходьбе) в течение шести минут. Тестируемый выполняет упражнение в удобном для него темпе, переходя с бега на ходьбу и обратно в соответствии с его самочувствием. Тест выполняется на беговой дорожке стадиона или в спортивном зале образовательного учреждения. Результатом теста является расстояние, пройденное обучающимся

Оценку скоростно-силовых качеств, силы мышц обучающегося можно проводить при прыжке в длину с места. Прыжок проводится на нескользкой поверхности. Сделав взмах руками назад, обучающийся резко выносит их вперед и, толкнувшись обеими ногами, прыгает как можно дальше. Результатом является максимальная длина прыжка, которая засчитывается из трех попыток.

Силу мышц рук и плечевого пояса можно оценить с помощью сгибания и разгибания рук в упоре лежа (при выпрямленном туловище). Выполняя упражнения, обучающийся опирается на выпрямленные в локтях руки и носки ног (во время сгибания рук живот не должен касаться пола). Засчитывается количество выполненных упражнений.

Броски и ловля теннисного мяча двумя руками с расстояния 1 метра от стенки в течение 30 секунд в максимальном темпе могут свидетельствовать о координации движений, ловкости, быстроте двигательной реакции. Засчитывается количество пойманных мячей.

Прыжки через скакалку на двух ногах помогают судить о координации движений, ловкости, быстроте двигательной реакции, скоростной выносливости, силе мышц ног. Засчитывается количество прыжков с одной попытки до момента отказа тестируемого.

Приседания, выполненные в произвольном темпе до утомления, позволяют оценить силовую выносливость. Засчитывается количество выполненных упражнений до момента отказа тестируемого.

Тесты физической подготовленности для учащихся первого года обучения в составе СМГ проводятся в декабре и апреле, для второго и последующих лет обучения - в сентябре, декабре и апреле.

Министерство образования Российской Федерации обращает внимание учителей, руководителей общеобразовательных учреждений на ряд особенностей в организации занятий физической культурой в СМГ

Прежде всего следует иметь в виду, что дети II и III групп здоровья, которые составляют СМГ, по своим двигательным возможностям не могут сравниться со здоровыми детьми. Общий объем двигательной активности и интенсивность физических нагрузок обучающихся СМГ должны быть снижены по сравнению с объемом нагрузки для учащихся основной и подготовительной групп.

В то же время, несмотря на низкий исходный уровень физической подготовленности учащихся СМГ регулярные занятия физической культурой небольшого объема и интенсивности позволяют вскоре (через 1,5-2 месяца) заметить положительную динамику в развитии их физических возможностей и общем оздоровлении

Кроме этого, каждый из обучающихся СМГ имеет свой выбор ограничений двигательной активности, который обусловлен формой и тяжестью его заболевания. Такие ограничения неизбежно накладывают отпечаток на степень развития двигательных навыков и качеств.

В силу вышеназванных причин оценивать достижения обучающихся СМГ по критериям, которые используются для выставления отметки основной группы обучающихся, нельзя. Для обучающихся в СМГ в первую очередь необходимо оценить их успехи в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима.

При выставлении текущей отметки обучающимся СМГ необходимо соблюдать особый такт, быть максимально внимательным, не унижать достоинства ученика, использовать отметку таким образом, чтобы она способствовала его развитию, стимулировала его на дальнейшие занятия физической культурой*.