

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 30.08.2016г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о порядке посещения уроков физической культуры и
аттестации учащихся по физической культуре
муниципального автономного общеобразовательного учреждения
гимназии № 55 им. Е.Г. Вёрсткиной г. Томска

1. Общие положения

1.1. Положение о порядке посещения уроков физической культуры и аттестации учащихся по физической культуре (далее – Положение) устанавливает порядок посещения учебных занятий по физической культуре и порядок промежуточной и итоговой аттестации учащихся по физической культуре.

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с базовой общеобразовательной программой по физическому воспитанию учащихся (авторы: Шишкина А.В., Алимпиева О.П. – 1-4 кл., Лях В.И. – 5-11 кл.), утверждённой Главным Управлением Министерства образования РФ, Положением о системе оценок, форме, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в Муниципальном автономном общеобразовательном учреждении гимназии № 55 г. Томска, Порядком проведения итоговой аттестации выпускников 9-х, 11-х классов государственных, муниципальных и негосударственных общеобразовательных учреждений РФ.

1.3. Данное Положение является локальным актом, регламентирующим деятельность педагогического коллектива по порядку посещения уроков физической культуры учащимися, промежуточной и итоговой аттестации учащихся по физической культуре и принимается педагогическим советом гимназии.

2. Требования к спортивной форме учащихся на уроках физической культуры

2.1. Все учащиеся, допущенные к занятиям по физической культуре, обязаны являться на уроки по физической культуре в спортивной форме.

2.2. Во время занятий в спортивном зале, в осенне-весеннее время в тёплую погоду на стадионе или на пришкольной спортивной площадке спортивной формой может быть следующий набор вещей:

- Футболка
- Шорты
- Лёгкий спортивный костюм
- Лёгкие тапочки, чешки
- Тапочки со шнурками
- Полукеды
- Кеды или лёгкие кроссовки

Брюки и джинсы спортивной формой не являются.

2.3. Во время лыжной подготовки учащиеся должны иметь в качестве спортивной одежды следующий набор вещей:

Тёплый спортивный костюм

Ветровка или лёгкая куртка.

Спортивная шапка.

Варежки или перчатки.

Лыжный инвентарь ребёнок может по своему желанию принести из дома.

2.4. Если учащийся не имеет спортивной формы, он к занятиям физической культурой не допускается, должен находиться на уроке физической культуры (в зале или на стадионе), теоретически изучать учебный материал, преподаваемый во время урока, и выполнять все указания учителя физкультуры. Неудовлетворительная оценка за отсутствие спортивной формы на уроке ученику **не выставляется**.

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

3. Посещение уроков физической культуры учащимися, относящимися по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе, и их аттестация по физкультуре

3.1. Учащиеся, относящиеся по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе (СМГ) имеют противопоказания и ограничения физической нагрузки, должны заниматься по специальным учебным программам, которые отличаются объёмом и требованиями к уровню освоения учебного материала (см. ПРИЛОЖЕНИЕ № 1).

3.2. При оценивании учащихся, отнесённых к СМГ:

3.2.1. учитель физической культуры не должен использовать критерии для выставления оценки основной группы обучающихся (см. ПРИЛОЖЕНИЕ № 2);

3.2.2. необходимо, в первую очередь, оценить успехи учащихся СМГ в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима;

3.2.3. при выставлении текущей оценки учащимся СМГ необходимо соблюдать особый такт, быть максимально внимательным;

3.2.4. при самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях учащихся, которые обязательно должны быть замечены учителем физкультуры и сообщены учащемуся и его родителям (законным представителям), выставляется положительная оценка;

3.2.5. положительная оценка должна быть выставлена также учащемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развития физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными для него навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры.

3.2.6. в аттестаты об основном общем образовании и среднем (полном) общем образовании учащихся, отнесённым по состоянию здоровья к подготовительной группе и СМГ, обязательно выставляется оценка по физической культуре.

4. Посещение уроков физической культуры учащимися, временно освобождёнными от занятий физкультурой

4.1. Учащиеся, временно освобождённые от уроков физкультуры (на 1-2 урока), должны находиться на уроке физической культуры, теоретически изучать учебный материал, преподаваемый во время урока, и выполнять все указания учителя физической культуры. В холодное время года учащиеся могут находиться в библиотеке, читальном зале, если урок проходит на стадионе.

4.2. В классном журнале учителем **не проставляется** отметка об отсутствии или освобождении от уроков физической культуры данного учащегося.

5. Посещение уроков физической культуры учащимися, освобождёнными от уроков физкультуры на длительный период (на 10 дней, 2 недели, на год и т.д.)

5.1. Учащиеся, освобождённые от уроков физкультуры после болезни (на 10 дней, на 2 недели и более), должны находиться на уроке физической культуры, теоретически изучать учебный материал, преподаваемый во время урока, и выполнять все указания учителя физической культуры.

5.2. Учащиеся, освобождённые от уроков физкультуры на год, могут не посещать уроки физической культуры при наличии заявления от их родителей (законных представителей) с просьбой разрешить не посещать уроки физической культуры и об ответственности родителей за жизнь и здоровье ребёнка во время уроков физкультуры.

5.3. При проведении занятий физической культуры на открытом воздухе в зимний период учащиеся, освобождённые от уроков физической культуры на длительный период (на 10 дней, на 2 недели), должны находиться в библиотеке, читальном зале, теоретически изучать учебный материал, преподаваемый во время урока.

5.4. В соответствии с п.4.2. учитель физической культуры в классном журнале не ставит отметку об отсутствии учащегося на уроке.

5.5. На основании заявления от родителей (законных представителей) обучающегося директор гимназии издаёт приказ об освобождении учащегося от уроков физической культуры.

5.6. Учащиеся, освобождённые от уроков физкультуры на год, под руководством учителя готовят теоретический материал и 3 раза в четверть отчитываются.

6. Аттестация учащихся по физической культуре

6.1. Аттестация учащихся по физической культуре производится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации МАОУ гимназии № 55, Порядком проведения итоговой аттестации выпускников 9-х, 11-х классов государственных, муниципальных и негосударственных общеобразовательных учреждений РФ.

6.2. Если учащийся, освобождённый от уроков физкультуры, не посещал уроки физической культуры согласно заявлению родителей (законных представителей), учитель в классном журнале в графе четвертная (полугодовая, годовая, итоговая) оценка ставит оценку, которую учащийся получил при подготовке теоретического материала.

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

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

1. Учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе

Обучающиеся с недостаточным физическим развитием и низкой физической подготовленностью или имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья относятся к *подготовительной* медицинской группе. 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). При улучшении состояния здоровья, физического развития и повышения функциональных возможностей представители этой группы после медицинского осмотра переводятся в основную медицинскую группу. Обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы относятся к *специальной* медицинской группе (СМГ). Специальную медицинскую группу можно разделить на две подгруппы: подгруппу «А» (обучающиеся с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий могут быть переведены в подготовительную группу) и подгруппу «В» (обучающиеся с патологическими отклонениями т.е. школьники, имеющие тяжелые необратимые изменения в деятельности органов и систем: органические поражения сердечно-сосудистой, мочевыделительной систем, печени, высокую степень миопии с изменением глазного дна и другие).

2. Основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к СМГ

- укрепление здоровья, ликвидация или стойкая компенсация нарушений, вызванных заболеванием;
- улучшение показателей физического развития;
- освоение жизненно важных двигательных умений, навыков и качеств;
- постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок, расширение диапазона функциональных возможностей физиологических систем организма;
- закаливание и повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- формирование волевых качеств личности и интереса к регулярным занятиям физической культурой;
- воспитание сознательного и активного отношения к ценности здоровья и здоровому образу жизни;
- овладение комплексами упражнений, благоприятно воздействующих на состояние организма обучающегося с учетом имеющегося у него заболевания;
- обучение правилам подбора, выполнения и самостоятельного формирования комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики с учетом рекомендаций врача и педагога;
- обучение способам самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера;
- соблюдение правил личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, полноценного и рационального питания.

Для обучающихся, отнесенных к специальной медицинской группе, необходимо учитывать противопоказания и ограничения для занятий физической культурой с учетом специфики детей, их заболеваний и ориентирования на укрепление их здоровья, коррекцию физического развития и повышение физической подготовленности.

3. Противопоказания и ограничения физической нагрузки

Заболевание	Противопоказания и ограничения	Рекомендации
Сердечнососудистая 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 выдоха
Заболевания почек (нефрит, пиелонефрит, нефроз)	Недопустимы упражнения с высокой частотой движений, интенсивностью нагрузки и скоростно-силовой направленностью	При проведении общеразвивающих упражнений особое внимание уделяется укреплению мышц передней стенки живот
Нарушения нервной системы	Упражнения, вызывающие нервное перенапряжение (упражнения в равновесии на повышенной опоре), ограничивается время игр и т.д.	Дыхательные упражнения, водные процедуры, аэробные упражнения
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	

Дозировка физической нагрузки на занятиях имеет решающее значение. Для ее

регуляции используют многообразие приемов. Нагрузку можно регулировать:

- темпом движения, т.е. количеством движений в единицу времени;
- подбором физических упражнений по степени усложнения, включая упражнения с отягощением;
- амплитудой движений;
- исходными положениями при выполнении упражнений;
- временем, затраченным на выполнение упражнений и отдыхом между ними;
- степенью мышечного напряжения;
- эмоциональным фактором.

Для контроля широко используется хронометраж и пульсометрия. Хронометраж позволяет определить общую и моторную плотность занятия, пульсометрия - правильность распределения нагрузки на уроке и адекватность её функциональным возможностям занимающихся. В подгруппе «А» физические нагрузки постепенно увеличиваются по интенсивности и объёму согласно адаптационным и функциональным возможностям организма. Двигательные режимы рекомендуется выполнять при частоте сердечных сокращений (ЧСС) 120-130 уд/мин. в начале четверти, постепенно увеличивая интенсивность физических нагрузок в основной части урока и ЧСС до 140-150 уд/мин. к концу четверти.

В условиях аэробного дыхания двигательные режимы при ЧСС 130-150 уд/мин. являются оптимальными для кардиореспираторной системы и дают хороший тренировочный эффект.

В подгруппе «Б» двигательные режимы выполняются при ЧСС не более 120 уд/мин. в течение всего учебного года. т.к. по данным физиологов, при такой ЧСС они способствуют гармонической деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, опорно-двигательного аппарата и других органов и систем организма: увеличивается минутный объем крови (за счет систолического объёма), улучшается внешнее и тканевое дыхание.

Переносимость нагрузки определяется по реакции сердечно-сосудистой системы. Для детей с ослабленным здоровьем не допускается резкое учащение пульса (свыше 150 уд/мин.).

4. Освобождение от занятий физической культуры

Полное освобождение школьников от занятий физкультурой может носить только временный характер (освобожденными могут быть дети, не посещающие школу из-за значительных патологических отклонений в здоровье, обучающиеся дома).

При пропуске уроков физической культуры учащийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным документом, который передается классному руководителю или учителю *физической культуры*.

Все обучающиеся, освобожденные от занятия, обязаны присутствовать на уроках физической культуры (в помещении спортивного зала или на площадке) под присмотром учителя физической культуры.

Учитель физической культуры определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий с данными учащимися на предстоящий урок. Возможно оказание посильной помощи в судействе или организации урока, а также теоретическое изучение материала.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2

1. Порядок оценивания учащихся СМГ на уроках физической культуры

Во время уроков физической культуры учащийся находится на уроке и выполняет посильные задания учителя. Оценивание происходит на уроке.

Если учащийся не может выполнять физические упражнения, то перед началом урока он получает от учителя теоретический материал, изучает его, отвечает на вопросы учителя и получает оценку в конце урока.

Если урок проходит вне зала, или ученик по уважительной причине не может присутствовать в зале, то ученик получает до урока, выполняет его во время урока в библиотеке и отвечает учителю после урока, либо во время консультаций.

Оценивание учащихся 2-11 классов происходит по 5-балльной системе.

Оценивание учащихся I класса словесное (устное или письменное).

Количество текущих оценок для выставления итоговой оценки - не менее 3-х.

Оценка за четверть или полугодие выводится на основании текущих отметок, при этом преимущественное значение имеют оценки за освоение законченных тем программ. Итоговая оценка за год выставляется на основании четвертных и полугодических отметок с учётом промежуточной аттестации в форме сдачи нормативов.

Оценивание физической подготовленности учащихся специальных медицинских групп не должно осуществляться по критериям, которые используются для выставления отметки основной группы обучающихся.

Для учащихся в СМГ в ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ, необходимо оценить их успехи в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима. При выставлении текущей отметки учащимся 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.

Итоговая отметка по физической культуре в СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности.

Основной акцент в оценивании учебных достижений физической культуры учащихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях, которые обязательно должны быть замечены учителем и сообщены учащемуся (родителям), выставляется положительная отметка.

2. Оценивание учащихся 2-11 классов, пропустивших урок без уважительной причины

Если учащийся не присутствует на уроке без уважительной причины, то после выставления классным руководителем причины отсутствия он получает теоретическое домашнее задание. Домашнее задание выдаётся по теме, которую изучал класс. Срок сдачи задания - 10 дней после выставления причины отсутствия.

3. Оценивание учащихся 2-11 классов, освобожденных от занятий физической культурой на длительное время (год)

Учащиеся присутствуют на уроках, но сдают только теоретический материал. Если в расписании уроков физическая культура первым или последним уроком, то ученик может занятие не посещать (либо приходит ко второму уроку, либо уходит домой, предупредив учителя).

В начале каждой четверти во время консультаций учитель определяет учащемуся тему теоретического задания: сообщение в форме презентации, реферат, проект, рисунки и фотографии на спортивную тему, кроссворды о спорте и пр.

Учитель проводит консультацию по работе над теоретическим заданием, знакомит ученика с критериями его оценки. Реферат, проект и прочие формы теоретического задания должны быть сданы учителю за месяц до окончания курса. Защита теоретического задания происходит в присутствии комиссии, состоящей из двух преподавателей физической культуры и завуча гимназии в сроки, определяемые для промежуточной аттестации.

4. Критерии оценивания обучающихся на уроках физической культуры

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры отметкой 2 (*неудовлетворительно*) в зависимости от следующих конкретных условий:

- Не имеет с собой спортивной формы в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
- Не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры.
- Учащийся, у которого нет выраженных отклонений в состоянии здоровья, но при этом он не имеет стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями, нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем.
- Не продемонстрировал положительной динамики в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств.
- 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.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры *отметкой 3 (удовлетворительно)* в зависимости от следующих конкретных условий:

- Имеет с собой спортивную форму в неполном соответствии с погодными условиями, видом спортивного задания или урока.
- Выполняет не все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Не соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
- Учащийся, имеющий выраженные отклонения состояния 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.
- Проявил несущественные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение полугодия.
- Частично выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры *отметкой 4 (хорошо)*, в зависимости от следующих конкретных условий:

- Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
- 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.
- Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях, которые замечены учителем.
- Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдает или подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре для своего возраста.
- Выполняет все теоретические или иные задания учителя, оказывает посильную помощь в судействе или организации урока, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры *отметкой 5 (отлично)* в зависимости от следующих конкретных условий:

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

- Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе.
- Соблюдает гигиенические правила и охраны труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
- Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях учащегося, которые замечены учителем.
- Занимается самостоятельно в спортивной секции, имеет спортивные разряды или спортивные успехи на соревнованиях любого ранга.
- 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 требуемые на уроках нормативы по физической культуре, для своего возраста.
- Выполняет все теоретические и иные задания учителя, оказывает посильную помощь в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, а также необходимыми теоретическими знаниями и практическими умения в области физической культуры.

При выставлении четвертой, полугодовых, годовой и итоговой отметки по физической культуре учитывается прилежание, усердие в работе над собой и выполнение всех рекомендаций учителя физической культуры. Следовательно, итоговая оценка может отличаться, от средней арифметической оценки.