ДЕПАРТАМЕНТ  
ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ



Руководителям органов местного самоуправления, осуществляющих управление в сфере образования

Ленина пр., д. Ill, г.Томск, 634069  
тел/факс (3822) 512-530  
E-mail: [k48@obluo.tomsk.gov.ru](mailto:k48@obluo.tomsk.gov.ru)  
ИНН/КПП 7021022030/701701001  
ОГРН 1037000082778

Руководителям подведомственных общеобразовательных организаций

на №

*SO. О* X X ]\|с

от

О преподавании в общеобразовательных организациях учебного предмета «Физическая культура» в 2017/2018 учебном году

Департамент общего образования Томской области направляет для использования в работе рекомендации о преподавании в общеобразовательных организациях учебного предмета «Физическая культура» в 2017/2018 учебном году (приложение).

Приложение па 12 л. в 1 экз.

Оксана Михайловна Замятина 8 (3822) 55 79 89 [zamvatina@tpii.ru](mailto:zamvatina@tpii.ru) Елена Владимировна Кошельская 8 (3822) 90 20 40 elcna-kpslidskava@yamt ex.ru

Начальник Департамента



И.Б. Грабцевич

Методические рекомендации

о преподавании в общеобразовательных организациях учебного предмета  
«Физическая культура» в 2017/2018 учебном году

Одной из приоритетных задач общего образования считается сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся, воспитание бережного и ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью других граждан, формирование гигиенических навыков и здорового образа жизни. Её успешное решение во многом зависит от качества организации изучения учебного предмета «Физическая культура» в каждой общеобразовательной организации.

Преподавание учебного предмета «Физическая культура» в 2017 - 2018 учебном году на уровне начального, основного и среднего общего образования ведётся в соответствии со следующими нормативными и распорядительными документами:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 01.05.2017, с изм. от 05.07.2017).
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 26.07.2017), с изм., внесенными Федеральными законами от 17.12.2009 № 313-ФЗ, от 13.12.2010 № 358-ФЗ, 06.11.2011 № 301-ФЗ, от 03.12.2012 № 237-ФЗ, от 21.07.2014 № 211-ФЗ, от 05.10.2015 № 274-ФЗ).
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрировано Минюстом России 22.12.2009 № 17785, в ред. от 31.12.2015 № 1576).
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (зарегистрировано в Минюсте России 01.02.2011 N 19644, ред. от 31.12.2015).
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 декабря 2014 года № 1644 "О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17. 12. 2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 6 февраля 2015г., № 35915).
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 02. 02. 2016 № 40937).
7. Приказ Минобразования России от 05.03.2004 № 1089 (ред. от 07.06.2017) "Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования".
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрировано в Минюсте России 03.02.2015 № 35847).
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательный стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (зарегистрировано в Минюсте России 03.02.2015 № 35850).
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от
11. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего

образования» с внесенными изменениями (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.06.2015 № 576; приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2015 № 1529; приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.01.2016 № 38; приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2016 № 1677).

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от

30.08.2013 № 1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013 № 30067).

1. Приказ Минобрнауки России от 30.03.2016 № 336 "Об утверждении перечня средств обучения и воспитания, необходимых для реализации образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования, соответствующих современным условиям обучения, необходимого при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий по содействию созданию в субъектах Российской Федерации (исходя из прогнозируемой потребности) новых мест в общеобразовательных организациях, критериев его формирования и требований к функциональному оснащению, а также норматива стоимости оснащения одного места обучающегося указанными средствами обучения и воспитания" (зарегистрировано в Минюсте России 07.04.2016 № 41705).
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010

№ 189 (ред. от 24.11.2015) "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в

общеобразовательных учреждениях" (вместе с "СанПиН 2.4.2.2821-10. Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в

общеобразовательных организациях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы", зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 № 38528).

1. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.11.2015 № 81 "О внесении изменений № 3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях» (зарегистрировано в Минюсте России
2. №40154).
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015

№ 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические

требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 № 38528).

1. Примерные основные образовательные программы начального общего образования и основного общего образования, внесенные в реестр образовательных программ, одобренные федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 08 апреля 2015 № 1/5). <http://fgosreestr.ru/>.
2. Письмо Минобрнауки России от 27.11.2015 № 08-2228 «О направлении методических рекомендаций по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом в общеобразовательных организациях Российской Федерации».
3. Письмо Департамента общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
4. Письмо Департамента общего образования Томской области от 18.04.2017 №1360/01-08 «О формировании учебных планов общеобразовательных организаций

Томской области на 2017-2018 учебный год, реализующих ФГОС основного общего образования».

1. Письмо Департамента общего образования Томской области от 18.04.2017 № 1358/01-08 «О формировании учебных планов общеобразовательных организаций Томской области на 2017-2018 учебный год, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии с приказом Минобрнауки РФ от 09. 03. 2004 № 1312».

Особенности преподавании учебного предмета «Физическая культура»

в 2017-2018 учебном году

В 2017-2018 учебном году обучение в 1-4 классах будет осуществляться в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования (далее - ФГОС НОО), в 5-7 классах - в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования (далее - ФГОС ООО), в 8-11 классах - в соответствии с приказом Министерства образования РФ от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования».

Начальное общее образование. Основными задачами реализации учебного предмета «Физическая культура» на этапе начального общего образования являются:

* формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
* формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

На изучение учебного предмета «Физическая культура» в 1-4 классах выделяется по 3 часа в неделю в каждой параллели (таблица 1).

Таблица 1

Распределение времени на изучение учебного предмета «Физическая культура» на уровне

начального общего образования

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Учебные  предметы  Классы | Количество часов в неделю | | | |
| I | II | III | IV |
| Физическая культура | 3 | 3 | 3 | 3 |

Согласно СанПиН 2.4.2.2821-10 в начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры в случае занятий на лыжах или в бассейне.

Основное общее образование. Основными задачами реализации учебного предмета «Физическая культура» на этапе основного общего образования (5-7 класс) являются:

* понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
* овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений

отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

* приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
* расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
* формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Основными задачами реализации учебного предмета «Физическая культура» на этапе основного общего образования (8-9 класс) являются:

* развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

* воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
* освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

На изучение учебного предмета «Физическая культура» в 5-9 классах выделяется по 3 часа в неделю в каждой параллели (таблицы 2, 3).

Таблица 2

Распределение времени на изучение учебного предмета «Физическая культура»  
на уровне основного общего образования (5-7 классы)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Учебные  предметы  Классы | Количество часов в неделю | | |
| V | VI | VII |
| Физическая культура | 3 | 3 | 3 |

Таблица 3

Распределение времени на изучение учебного предмета «Физическая культура»  
на уровне основного общего образования (8-9 классы)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Учебные  предметы  Классы | Количество часов в неделю | |
| VIII | IX |
| Физическая культура | 3 | 3 |

Среднее общее образование. Основными задачами реализации учебного предмета «Физическая культура» на этапе среднего общего образования (10-11 класс) являются:

развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;

* воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
* овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
* освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
* приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Па изучение учебного предмета «Физическая культура» в 10-11 классах выделяется по 3 часа в неделю в каждой параллели (таблица 4).

Таблица 4

Распределение времени на изучение учебного предмета «Физическая культура»  
на уровне среднего общего образования (10-11 классы)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Учебные \_\_\_\_— предметы  Классы | Количество часов в неделю | |
| X | XI |
| Физическая культура | 3 | 3 |

На уровне среднего общего образования в 2017-2018 учебном году обучение организуется в соответствии с приказом Министерства образования РФ от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования». Для реализации программы оборонно-спортивного профиля в 10 и 11 классах выделяется по 4 учебных часа в неделю.

Третий час физической культуры. Введение третьего часа физической культуры в учебные планы общеобразовательных организаций продиктовано объективной необходимостью повышения роли физической культуры в воспитании современных школьников, укреплении их здоровья, увеличения объема двигательной активности обучающихся, развития их физических качеств и совершенствования физической подготовленности, привития навыков здорового образа жизни.

Содержание образования по физической культуре с учетом введения третьего часа определяется общеобразовательными программами, разрабатываемыми

образовательными организациями самостоятельно на основе федерального государственного образовательного стандарта общего образования и примерных основных образовательных программ.

В связи с тем, что учебный предмет «Физическая культура» введен в федеральный компонент базисного учебного плана, заменить его на другой предмет общеобразовательная организация не может.

При организации, планировании и проведении третьего часа физической культуры общеобразовательным организациям рекомендуется использовать спортивные площадки и залы организаций дополнительного образования детей спортивной направленности, а также спортивных объектов, находящихся в муниципальной и региональной собственности (письмо Минобрнауки Российской Федерации от 7 сентября 2010 г. № ИК- 1374/19 и Минспорттуризма России от 13 сентября 2010 г.).

Во избежание перегрузки обучающихся часы физической культуры могут быть реализованы не только в урочной, но и во внеурочной деятельности (п. 10.20 СанПиН 2.4.2.2821-10). Интеграция урочной и внеурочной деятельности позволяет реализовывать программы общего образования по учебному предмету «Физическая культура» в общеобразовательных организациях, которые не располагают необходимой материально- технической базой для проведения трех уроков в неделю (допускается использовать спортивные сооружения (площадки, стадионы), расположенные вблизи образовательной организации и оборудованные в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству и содержанию мест занятий по физической культуре и спорту).

Профилактика травматизма на занятиях физической культурой и спортом.

Основными причинами травматизма во время занятий физической культурой и спортом являются (письмо Министерства образования и пауки Российской Федерации от

1. г. № 08-228):

* организационные недостатки при проведении занятий, в том числе ошибки в методике проведения занятий, связанные с нарушением дидактических принципов обучения, отсутствием индивидуального подхода, недостаточным учетом состояния здоровья, половых и возрастных особенностей, физической и технической подготовленности обучающихся, несоответствие выбора средств обучения целям и задачам обучения, в т. ч. пренебрежительное отношение педагога к подготовительной части урока или занятия, неправильное обучение технике выполнения физических упражнений, отсутствие страховки или неправильное ее применение;
* несоответствие спортивной материально-технической базы общеобразовательной организации, в том числе мест проведения занятий в зоне рекреации, естественных природных ландшафтов и других мест, требованиям СанПиН, правилам безопасности и видов спорта;
* нарушение педагогом и (или) обучающимися требований инструкций и правил безопасности нахождения в образовательной организации;
* нарушение правил медицинского (врачебного) контроля в образовательных организациях;
* недостатки в организации административно-общественного контроля за соблюдением порядка расследования и учета несчастных случаев в образовательной организации.

Причинами травм и несчастных случаев может стать также представление недостоверной информации со стороны родителей (законных представителей) о состоянии здоровья детей. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем общей физической подготовленности детей школьного возраста делят на три медицинские группы: основную, подготовительную и специальную.

Основная медицинская группа формируется из обучающихся без отклонений в состоянии здоровья и с хорошей физической подготовленностью. В качестве основного учебного материала в данной группе используют обязательные виды занятий (в соответствии с учебной программой) в полном объеме, а также сдачу контрольных нормативов с дифференцированной оценкой; рекомендуют занятия в спортивных секциях.

Подготовительная медицинская группа формируется из обучающихся, имеющих незначительные отклонения в состоянии здоровья и физическом развитии, а также недостаточную физическую подготовленность. Материал учебной программы в данной группе проходят с облегчением сложности, сокращением длительности упражнений и количества их повторений и используют те же виды занятий и контрольные испытания, что и в основной группе. Специальная медицинская группа формируется из обучающихся, имеющих такие отклонения в состоянии здоровья, которые являются противопоказаниями к повышенной физической нагрузке. Включение обучающихся в специальную медицинскую группу может носить как временный, так и постоянный характер (в зависимости от вида заболевания и других отклонений в состоянии здоровья). Перевод из специальной в подготовительную, а затем в основную должен производиться совместно с врачом и учителем при условии положительных результатов, полученных во время занятий в предыдущей группе. Полное прекращение занятий физическими упражнениями может носить только временный характер. Сроки возобновления занятий физической культурой после перенесенных заболеваний и травм определяются врачом индивидуально для каждого обучающегося с учетом клинических данных, пола и возраста.

С целью профилактики вышеуказанных причин травматизма необходимо придерживаться также рекомендаций по безопасности эксплуатации физкультурно­спортивных сооружений общеобразовательных организаций, спортивного оборудования и инвентаря при организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно­массовых мероприятий с обучающимися (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.10.2013 г. № ВК-710/09).

Особенности организации и содержании внеурочной деятельности в рамках  
учебного предмета «Физическая культура»

Согласно ст. 28 п. 6 «Закона об образовании в Российской Федерации» № 273- ФЗ разработка и утверждение рабочих программ по обязательным учебным предметам, элективным и факультативным курсам относится к компетенции образовательной организации.

Структура рабочей программы утверждается образовательной организацией самостоятельно в соответствии с письмом Министерства образования и науки РФ «О рабочих программах учебных предметов» от 28.10.2015 № 08-1786 и приказами Министерства образования и науки РФ от 31.12. 2015 № 1576, 1577, 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт»).

Педагоги имеют право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ, методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы отдельного учебного предмета (п. 3 ч. 3 ст. 47 «Закона об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ).

Рабочие программы курсов внеурочной деятельности должны содержать обязательные разделы:

1. результаты освоения курсов внеурочной деятельности;
2. содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
3. тематическое планирование.

Согласно ФГОС ООО внеурочная деятельность реализуется по следующим направлениям развития личности: духовно-нравственное, физкультурно-спортивное и оздоровительное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное в таких формах, как кружки, художественные студии, спортивные клубы и секции, юношеские организации, краеведческая работа, научно-практические конференции, школьные научные общества, олимпиады, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики, военно-патриотические объединения и т.д.. План внеурочной деятельности обеспечивает учет индивидуальных особенностей и потребностей обучающихся через организацию внеурочной деятельности (п. 18.3.1.2. ФГОС ООП).

Формы организации внеурочной деятельности образовательная организация определяет самостоятельно с учётом специфики и особенностей региона.

В условиях длительной зимы в Томской области занятия по лыжной подготовке обучающихся являются одними из доступных видов физического воспитания.

Лыжный спорт имеет большое оздоровительное, воспитательное и прикладное значение, является важной составной частью системы физического воспитания в школе, оказывая разностороннее влияние на организм обучающихся. Разнообразные условия передвижения на лыжах обуславливают всестороннее физическое развитие и в первую очередь воспитание важнейших физических качеств - выносливости, силы, быстроты, ловкости. Природные условия занятий по лыжной подготовке оказывают на обучающихся оздоровительное воздействие. Выполнение умеренной работы с вовлечением основных мышечных групп на чистом морозном воздухе, а порой и в условиях пониженных температур, значительно повышают общую работоспособность организма, его сопротивляемость различным заболеваниям. Передвижение на лыжах доступно в любые годы, физическая нагрузка на занятиях по лыжной подготовке легко дозируется в самых широких границах, как но характеру воздействия, так по объему и интенсивности. Все это позволяет рекомендовать лыжный спорт для обучающихся любого возраста, пола, состояния здоровья и уровня физической подготовленности.

Лыжный спорт также имеет большое военно-прикладное значение: широко используется как средство физической подготовки в армии.

В целях выполнения основной образовательной программы ФГОС общего образования, занятия по лыжной подготовке являются обязательными и проводятся в общеобразовательных организациях в третьей четверти, после зимних каникул, в объеме 24 часа в каждой параллели классов с 1 по 11.

Согласно СанПиН 2.4.2.2821-10 для проведения занятий физической культуры на открытом воздухе необходимо руководствоваться рекомендациями по соблюдению температурного режима (таблица 5).

Таблица 5

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  обучающих  ся | 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, Томская область и др.) | до 12 лет | 1  0  1  о  о | 1  04  1  О  О | -3 - 4 °С | Занятия не проводятся |
| 12-13 лет | 1  М  о  п | -8 °С | О  О  1/4  | |
| 14-15 лет | -15 °С | -12 °С | 1  ОС  О  о |
| 16-17 лет | и  О  чо  1 | и  О  1/4  1 | 1  О  о  о |
| Средняя полоса Российской Федерации | до 12 лет | -9 °С | 1  04  О  О | -3 °с | Занятия не проводятся |
| 12-13 лет | -12 °С | -8 °С | -5 °С |
| 14-15 лет | 1  LA1  О  О | 1  ы  о  о | и  о  ос  1 |
| 16-17 лет | и  о  40  1 | -15 °С | 1  о  о  п |

Физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее - ГТО)

Указом Президента Российской Федерации от 24.03.2014 года № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Гогов к труду и обороне» (ГТО)» был введен в действие Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) - программная и нормативная основа физического воспитания населения. Для достижения целей ГТО в общеобразовательных организациях необходимо целенаправленно проводить мероприятия, позволяющие достичь результатов при сдаче нормативов ГТО. Обучающихся необходимо знакомить с историей развития данного направления, важностью этого мероприятия, о перспективах для поступления в вузы, нормативами, которые им предстоит сдавать.

При планировании и организации внеурочной деятельности необходимо уделить особое внимание подготовке обучающихся к олимпиадам и конкурсам. Олимпиады по физической культуре - это часть учебно-воспитательной деятельности школы. Подготовка к олимпиаде позволяет подготовить обучающихся грамотными теоретически в физкультуре и спорте. В то же время олимпиада имеет определенные цели: развить интерес к учебному предмету «Физическая культура», сформировать у обучающихся интерес и осознанный выбор здорового образа жизни, привить любовь к физической культуре и спорту, а также представить возможность показать обучающимся свои знания в теоретической подготовке по физической культуре.

Использование ИКТ при подготовке к теоретическому туру Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре даёт возможность учителю мотивировать обучающихся на изучение и освоение основ знаний в области физической культуры и спорта, что впоследствии при правильной подготовке даст положительный результат и позволит обучающимся достичь высоких результатов в олимпиадном движении.

Учебники, рекомендуемые к использованию при реализации учебного предмета

«Физическая культура»

Образовательная организация имеет право выбора учебников, включенных в перечень, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 года № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (с внесенными изменениями), таблица №6.

Таблица 6

Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию  
при реализации учебного предмета «Физическая культура»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование  предмета | Издательство | Автор/авторский коллектив | Класс |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово-учебник» | Барышников В.Я., Белоусов А.И. / Под ред. Виленского М.Я. | 1-2 |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово-учебник» | Барышников В.Я., Белоусов А.И. / Под ред. Виленского М.Я. | 3-4 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью «Издательство Астрель» | Лисицкая Т.С., Новикова Л.А. | 1 |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью «Издательство Астрель» | Лисицкая Т.С., Новикова Л.А. | 2 |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью «Издательство Астрель» | Лисицкая Т.С., Новикова Л.А. | 3-4 |
| Физическая культура | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Лях В.И. | 1-4 |
| Физическая культура | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Матвеев А.П. | 1 |
| Физическая культура | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Матвеев А.П. | 2 |
| Физическая культура | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Матвеев А.П. | 3-4 |
| Физическая культура. Гимнастика. В 2-х частях | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д. / Под ред. Винер И.А. | 1-4 |
| Физическая культура. 1 - 2 классы | Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА- ГРАФ» | Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С. | 1-2 |
| Физическая культура. 3-4 классы | Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА- ГРАФ» | Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С. | 3-4 |
| Физическая культура | Общество с ограниченной  ответственностью  «Дрофа» | Погадаев Г.И. | 1-2 |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью | Погадаев Г.И. | 3-4 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | «Дрофа» |  |  |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью «Издательство «Академкнига/У чебник» | Шишкина А.В., Алимпиева О.П. | 1-2 |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью «Издательство «Академкнига/У чебник» | Шишкина А.В., Алимпиева О.П., Бисеров В.В. | 3-4 |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово-учебник» | Гурьев С.В. / Под ред. Виленского М.Я. | 5-7 |
| Физическая культура | Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово-учебник» | Гурьев С.В. / Под ред. Виленского М.Я. | 8-9 |
| Физическая культура | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др. / Под ред. Виленского М.Я. | 5-7 |
| Физическая культура | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Лях В.И. | 8-9 |
| Физическая культура | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Матвеев А.П. | 5 |
| Физическая культура | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Матвеев А.П. | 6-7 |
| Физическая культура | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Матвеев А.П. | 8-9 |
| Физическая культура. 5-7 классы | Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА- ГРАФ» | Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С. | 5-7 |
| Физическая культура. 8-9 классы | Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА- ГРАФ» | Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С. | 8-9 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Физическая культура | Общество с ограниченной  ответственностью  «Дрофа» | Погадаев Г.И. | 5-6 |
| Физическая культура | Общество с ограниченной  ответственностью  «Дрофа» | Погадаев Г.И. | 7-9 |
| Физическая культура (базовый уровень) | Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово-учебник» | Андрюхина Т.В., Третьякова Н.В. / Под ред. Виленского М Я. | 10-11 |
| Физическая культура (базовый уровень) | Открытое акционерное общество «Издательство «Просвещение» | Лях В.И. | 10-11 |
| Физическая культура. 10-11 классы: базовый уровень | Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА - ГРАФ» | Матвеев А.П., Палехова Е.С. | 10-11 |
| Физическая культура (базовый уровень) | Общество с ограниченной  ответственностью  «Дрофа» | Погадаев Г.И. | 10-11 |