

**Реализация ФГОС  
общего образования  
на уроках  
физической  
культуры:  
опыт, проблемы,  
перспективы.**



# Требования ФГОС к результатам обучения.

## ЛИЧНОСТНЫЕ

**Самоопределение:**  
внутренняя позиция школьника;  
самоидентификация;  
самоуважение и самооценка

**Смыслообразование:**  
мотивация (учебная, социальная);  
границы собственного  
знания и «незнания»

**Морально-этическая  
ориентация:**  
ориентация на выполнение  
моральных норм;  
способность к решению моральных  
проблем на основе децентрации;  
оценка своих поступков

## МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

**Регулятивные:**  
управление своей деятельностью;  
контроль и коррекция;  
инициативность и самостоятельность

**Коммуникативные:**  
речевая деятельность;  
навыки сотрудничества

**Познавательные:**  
работа с информацией;  
работа с учебными моделями;  
использование знаково-символических  
средств, общих схем решения;  
выполнение логических операций  
сравнения, анализа, обобщения,  
классификации, установления  
аналогий, подведения под понятие

## ПРЕДМЕТНЫЕ

Основы системы  
научных знаний

Опыт «предметной»  
деятельности по  
получению,  
преобразованию  
и применению  
нового знания

Предметные и  
метапредметные  
действия с учебным  
материалом

# Как добиться результатов?

**Личностные результаты** обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей;


**Предметные результаты** – через формирование основных элементов научного знания;

**Метапредметные результаты** – через универсальные учебные действия (далее УУД);

# Результаты обучения предмету «Физическая культура»







Традиционный урок  
физической культуры  
решает в основном две  
задачи:

- **оздоровительную;**
  - **тренирующую;**
- 

# Для модернизации системы физического воспитания формулируются задачи:

Развитие  
индивидуальных  
способностей  
ребенка и создание  
условий для их  
самосовершенство  
вания средствами  
физической  
культуры

Обучение способам  
самостоятельного поиска  
необходимой информации,  
освоение новых  
двигательных действий  
путем переосмысления уже  
изученных движений,  
исследовательской и  
конструктивной  
деятельности, нахождение  
своих способов решения  
проблемных ситуаций в  
двигательной  
деятельности.




# Трудность - недостаточное развитие ууд

- нежелание слушать задание;
- понимать цель его выполнения;
- неумение работать в команде, группе;
- учащиеся не обращают внимание на ключевые моменты в изучаемом двигательном действии и не могут сравнивать с уже изученными движениями и мн. др.




# Понятие УУД

умение учиться, т.е. способность субъекта к саморазвитию и самосовершенствованию путём сознательного и активного присвоения нового социального опыта.



совокупность действий учащегося, обеспечивающих социальную компетентность, способность к самостоятельному усвоению новых знаний и умений, включая организацию этого процесса, культурную идентичность и толерантность.





# функции УУД

Обеспечение возможностей обучающегося самостоятельно осуществлять деятельность учения.

Ставить учебные цели.

Искать и использовать необходимые средства и способы достижения целей.

Контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности.

Создание условий для гармоничного развития личности и её самореализации на основе готовности к непрерывному образованию.

Обеспечение успешного усвоения знаний, формирования умений, навыков и компетентностей в любой предметной области

# Виды УУД, формируемые на уроках физической культуры

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1.Самоопределение	1.Целеполагание 2.Планирование 3. Самоконтроль 4.Самооценка 5.Способность к волевому усилию	1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой информации 3.Структурирование 4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи 5.Рефлексия 6.Анализ и синтез 7.Сравнение 8.Классификации 9.Действия постановки и	1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами 2.Постановка вопросов 3.Разрешение конфликтов



# Рекомендации по разработке методики

- Обращаться к разуму учащихся, к их ощущениям.
- Приоритет необходимо отдать самостоятельности учащихся.
- Задания должны соответствовать возрасту детей.



# Этапы обучения двигательному действию в формировании УУД

- *этап начального разучивания;*
- *этап углубленного изучения;*
- *этап совершенствования;*



# Памятка для учителя по формированию и развитию универсальных учебных действий

## НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ:

Любые действия должны быть осмысленными. Это относится прежде всего к тому, кто требует действия от других.

Развитие внутренней мотивации – это движение вверх.

Задачи, которые мы ставим перед ребёнком, должны быть не только понятны, но и внутренне приятны ему, т.е они должны быть значимы для него.

## ДЛЯ УЧЕНИКА НЕОБХОДИМО:

Создать атмосферу успеха

Помогать ребёнку учиться

Помогать обретать  
уверенность в своих силах и  
способностях



Требования к уроку	Традиционный урок	Урок современного типа
Объявление темы урока	Учитель сообщает учащимся	Формулируют сами учащиеся
Сообщение целей и задач	Учитель формулирует и сообщает учащимся, чему должны научиться	Формулируют сами учащиеся, определив границы знания и незнания
Планирование	Учитель сообщает учащимся, какую работу они должны выполнить, чтобы достичь цели	Планирование учащимися способов достижения намеченной цели
Практическая деятельность учащихся	Под руководством учителя учащиеся выполняют ряд практических задач (чаще применяется фронтальный метод организации деятельности)	Учащиеся осуществляют учебные действия по намеченному плану (применяется групповой, индивидуальный методы)
Осуществление контроля	Учитель осуществляет контроль за выполнением учащимися практической работы	Учащиеся осуществляют контроль (применяются формы самоконтроля, взаимоконтроля)
Осуществление коррекции	Учитель в ходе выполнения и по итогам выполненной работы учащимися осуществляет коррекцию	Учащиеся формулируют затруднения и осуществляют коррекцию самостоятельно
Оценивание учащихся	Учитель осуществляет оценивание учащихся за работу на уроке	Учащиеся дают оценку деятельности по её результатам (самооценивание, оценивание результатов деятельности товарищей)
Итог урока	Учитель выясняет у учащихся, что они запомнили	Проводится рефлексия
Домашнее задание	Учитель объявляет и комментирует (чаще – задание	Учащиеся могут выбирать задание из предложенных учителем с

# Рабочая программа по ФГОС

№ уро ка	Тема урока	час ы	Виды деятельности	Планируемые результаты	Контроль	Дата проведения		Коррект ировка ( коммент арии)
						план	факт	

## 1 ТРИМЕСТР - ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА - 11 ЧАСОВ ЭСТАФЕТНЫЙ БЕГ (2 ЧАСА)

1	2	3	4	5	6	8	9	10
1/1	<p><b>Легкая атлетика</b> <b>Ходьба и бег 3 часа</b></p> <p>Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Правила безопасности и гигиенические требования</p>	1	<p>Правила безопасности и гигиенические требования Инструктаж по ТБ</p> <p>Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. . Техника безопасности на уроках легкой атлетике. Возрождение Олимпийских игр древности, их герои. Разновидности ходьбы, бега. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Высокий старт и ускорение до 40</p>	<p><b>Уметь</b> правильно выполнять движения в беге; бегать с максимальной скоростью до 40 м.</p> <p><b>Применять</b> беговые упражнения для развития физических качеств</p> <p><b>Выполнять и показывать</b> высокий старт</p> <p><b>Называть</b> основные цели Олимпийских игр. Раскрывать их гуманистическую направленность</p> <p><b>Характеризовать</b> Олимпийские игры древности как явление культуры <b>Различать</b> упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (быстрота)</p>	Текущий	3.09		

# Технологическая карта урока по ФГОС

№	Этапы урока		Частная задача этапа	Дозировка	Организационно-методические указания
	Деятельность учителя	Деятельность учащихся			
подготовительная часть 12 минут	Построение, приветствие, прием рапорта, сообщение задач урока.	Воспринимают задачи и активизируют учебную деятельность по поиску способов её решения.	Мотивация деятельности учащихся.	1 минута	Построение в шеренгу, проверка готовности: наличие спортивной формы, бодрого настроения на работу.
	строевые упражнения: повороты направо, налево, кругом; - ходьба на носках, пятках, внешней стороне стопы, в полуприседе, приседе с различными положениями рук; - бег; бег правым (левым) боком, приставными шагами; бег спиной вперед; - прыжковые упражнения: прыжки вверх – дотронуться до баскетбольного щита, сетки; - по сигналу остановка прыжком – имитация броска мяча; - по сигналу остановка прыжком – выполнение поворотов на месте; - ходьба с восстановлением дыхания; - проведение ОРУ в движении		Профилактика осанки и плоскостопия. Развитие прыгучести.	11 минут	Построение в колонну по одному. Форма организации деятельности – фронтальная, способ выполнения – одновременный. Учитель располагается в центре зала.

№	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Частная задача этапа	Дозировка	ОМУ
<p><b>Основная часть урока</b></p> <p><b>30 минут</b></p>	<p><b>3. Развитие двигательных способностей.</b></p> <p>совершенствование техники ведения мяча левой, правой рукой в низкой, средней, высокой стойке баскетболиста (ведение мяча по залу: 3 круга левой, правой рукой, и с переводом с левой руки на правую);</p> <p>ведение мяча с различной высотой отскока и сопротивлением партнёра;</p> <p>выполнение штрафного броска;</p> <p>совершенствование техники ведения и броска в кольцо с двух шагов;</p> <p>совершенствование техники нападения быстрым прорывом</p>	<p>Работа с максимальной скоростью.</p> <p>Совершенствовать технику перемещения в сочетании с техникой передачи, ловли и ведения мяча в движении</p>	<p>Совершенствование индивидуальных технических и тактических действий. Повышение надежности навыка и качества ведения мяча с различной высотой отскока.</p>	<p>20 минут</p>	<p>Форма организации фронтальная, способ выполнения - поточный.</p> <p>Построение в колонну по одному. Форма организации фронтальная, способ выполнения – поточный, учитель располагается в центре зала.</p> <p>Построение в колонну по одному. Форма организации фронтальная, способ выполнения – поточный, учитель располагается в центре зала.</p>
	<p><b>4. Двусторонняя игра в баскетбол.</b></p>		<p>Воспитание способности управлять своими эмоциями.</p> <p>Совершенствование технических и тактических действий в защите и нападении.</p> <p>Формирование умения эффективно использовать технические приемы и тактические навыки в зависимых от своих возможностей, условий игры.</p>	<p>10 минут</p>	<p>Двусторонняя игра проводится по всем правилам игры в баскетбол.</p>
	<p>Проводит жеребьевку, дает установку на игру. Осуществляет судейство. Бег в медленном темпе. Восстановление дыхания.</p>	<p>Восприятие и осознание учебных заданий, проектирование собственных действий, внесение корректив в собственную деятельность.</p>			

№	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Частная задача этапа	Дозировка	ОМУ
Заключительная часть	<b>5. Подведение итогов урока.</b>			1 минута	Построение в одну шеренгу. Форма организации – фронтальная.
	Сообщает о выставленных отметках.				
3 мин	<b>6. Организованное завершение урока.</b>			2 минуты	Построение в шеренгу, поворот направо, выход из зала.
Благодарность учащимся за совместную деятельность на уроке.	Выполнение команд.				





- Управление любым процессом предполагает осуществление контроля, т. е. определенной системы проверки эффективности его функционирования. Крайне необходим он и для успешного протекания процесса обучения
- С введением Федерального государственного образовательного стандарта (второго поколения) возникли определенные проблемы в системе оценивания.
- Так, в соответствии с Государственным образовательным стандартом, оценивание производилось по пятибалльной шкале. ФГОС же прописывает 3 уровня усвоения материала учащимися на уроках физической культуры: низкий, средний, **высокий**.





- Учитель физической культуры в условиях реализации ФГОС осуществляет оценку качества образовательной деятельности обучающихся как системный процесс, включающий следующие компоненты:
- Определение объема теоретических знаний в структуре информационной компетентности;
- Определение объема и качественных характеристик практических действий, видов деятельности, реализующих освоенные знания;
- Оценка степени направленности личности на физическое совершенство , формирование готовности к коррекционной и развивающей деятельности в различных видах





- Обеспечение оценки динамики индивидуальных достижений и обучающихся в процессе освоения учебного предмета;
- Оценка готовности реализовывать способы физкультурной деятельности, степени освоенности, систематичности;
- Определение предпочтительных качеств и способностей, например, динамики развития объема и степени сформированности двигательных умений и навыков, динамики показателей физической подготовленности и др., при этом учитываются индивидуальные первичные результаты;







- Определение требований, позволяющих оценивать освоение обучающимися дополнительных технических элементов, вариативных способов двигательной деятельности, основ техники, избранных видов спорта и т. Д.;
- Оценка сформированности устойчивой мотивации к занятиям физической культурой.





- используются следующие формы оценки:
  - безоценочное обучение – 1 класс;
  - пятибалльная система;
  - зачетная система
  - накопительная система оценки
- дополнительно( тестирование, рефераты ,устные ответы, презентации, дифференцированный зачет)
- ПЯТИБАЛЛЬНАЯ СИСТЕМА





# Методика оценки успеваемости.

Уровни	Высокий	Средний	Низкий	Низкий
Оценка	«5»	«4»	«3»	«2»
Знания	За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя примеры из практики или своего опыта	За ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За непонимание и незнание материала программы

# *По технике владение двигательными умениями и навыками*

Уровни	Высокий	Средний	Низкий	
Оценка	«5»	«4»	«3»	«2»
Знания	<p>Двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), четко, легко, в надлежащем ритме.</p> <p>Ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив</p>	<p>При выполнении двигательного действия ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.</p> <p>Двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движения</p>	<p>Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности</p>	<p>Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка, приведших к неуверенному или напряженному выполнению</p>

# По владению способами и умениям осуществлять физкультурно- оздоровительную деятельность

Уровни	Высокий	Средний	Низкий	
Оценка	«5»	«4»	«3»	«2»
Знания	<p>Учащийся умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– самостоятельно организовать место занятий;</li> <li>– подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях;</li> <li>– контролировать ход выполнения заданий и оценивать итоги;</li> <li>– продемонстрировать полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической (двигательной) способности или комплекса упражнений, утренней гимнастики</li> </ul>	<p>Учащийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью;</li> <li>– допускает незначительные ошибки в подборе средств;</li> <li>– контролирует ход выполнения заданий и оценивает итоги</li> </ul>	<p>Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняются один из пунктов. Ученик испытывает затруднения в организации мест занятий и подборе инвентаря. Удовлетворительно контролирует ход и итоги занятия</p>	<p>Учащийся не владеет умениями осуществлять различные виды физкультурно-оздоровительной деятельности</p>

# Один раз в четверть замеряется уровень физ. подготовленности учащихся по следующим показателям:

Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	
Скоростные	Бег , с	
Координационные	Челночный бег 3×10 м, с Метание мяча на точность, кол-во попаданий	
Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см Прыжки в длину с разбега, см Прыжки в высоту с разбега, см	Многоскоки (8 прыжков), м Метание мяча на дальность, м Прыжки на скакалке за 15 с, кол-во раз
Выносливость	Бег 6 минут, м Бег , мин.с	Бег на лыжах , мин.с Ходьба на лыжах (без учета времени)
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	
Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из положения виса (мальчики), кол-во раз Подтягивание на низкой перекладине из положения виса лежа (девочки), кол-во раз Подъем туловища за 60 с, кол-во раз Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз Приседания, кол-во раз	



# ЗАЧЕТНАЯ СИСТЕМА

- Одно из главных достоинств зачетной системы – индивидуальный подход
- Итоговая отметка 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 и прилежания.
- Дополнительные баллы можно получить если :
  - ученик, не пропустивший ни одного урока без уважительной причины,
  - ученик, который занимался на всех уроках физической культуры;
  - за каждый урок ученик получает коэффициент прилежания, который выставляется ему в конце каждого урока; за неприлежание – минус 1 балл;
  - пропуск урока без уважительной причины – минус ;
  - участие в общешкольном соревновании – плюс баллы;
  - в каждой четверти сдаются нормативы, где за каждый вид можно получить баллы
  - если ребенок посещает спортивные секции
  - Ученики ведут «тетрадь личных достижений» в





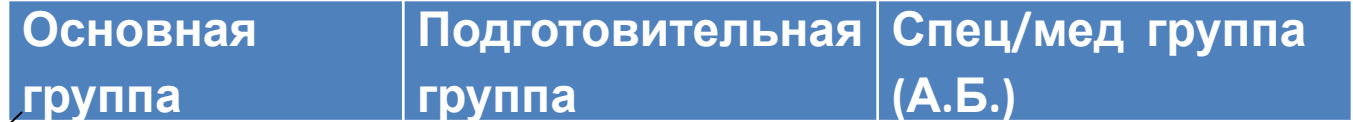


## «Освобождение от физкультуры»

- Физическая культура относится ,как раз к тем учебным дисциплинам, которые являются обязательными.
- Освобождение от урока физкультуры , как от предмета , от учебной дисциплины , таким образом невозможно.
- Тем не менее ,понятие «освобождение от физкультуры»  
имеет место быть .Что же под ним подразумевается ?
  - Полное и окончательное освобождение от физкультуры допускается только лица с ограниченной дееспособностью,которые не могут проходить обучение на общих основаниях ,если оформлена справка кэк .
  - Но в разных случаях освобождение учащихся от физкультуры может предполагать разные формы облегчения занятий(отмена некоторых упражнений и переход на теоретические знания) ,а не отказ от этой дисциплины .Все зависит от серьезности диагноза .
  - Для этого дети делятся на 3 группы.



# 3 группы здоровья



Занятие без ограничений

Разрешено заниматься с некоторыми послаблениями

Разрешено выполнять только узко ограниченный круг упражнений

# Некоторые ограничения на занятия физ/культуры в зависимости от формы заболевания

Заболевания	Противопоказания и ограничения	Рекомендации
1	2	3
Заболевания сердечнососудистой системы(неактивная фаза ревматизма,функциональные изменения)	Упражнения, выполнение которых связано с задержкой дыхания , напряжение мышц брюшного пресса и ускорения темпа движения.	Общеразвивающие упражнения, охватывающие все группы мышц, в исходном положении лежа, сидя, стоя ;ходьба ,бег дозированный в медленном темпе.
Заболевание органов дыхания (хронический бронхит, воспаление легких, бронхиальная астма)	Упр.,вызывающие задержку дыхания и чрезмерное напряжение мышц брюшного пресса	Дыхательные упр. , тренировка полного дыхания и особенно удлиненного выдоха.
Заболевание почек	Недопустимы упр. С высокой частотой движения ,интенсивностью нагрузки и скоростно- силовой направленностью, переохлаждение тела	Упр. на укрепление мышц передней стенки живота, занятия плаванием.
Нарушение нервной системы	Упр.вызывающие нервное перенапряжение(упр.в равновесии) ограничивается время игр	Дыхательные упр. , водные процедуры, аэробные упр.
Заболевания органов зрения	Исключаются прыжки с разбега , кувырки, стойка на руках и голове	Упр. на пространственную ориентацию, точность движения, динамическое равновесие



- Кроме постоянного освобождения, есть временное освобождение от физкультуры.
- Временно освобождаются от физкультуры на основании справки от врача (орви, травмы, обострение хронических заболеваний)
- Во всех 3 группах предусмотрена система оценивания предмета. В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.



<b>вопрос</b>	<b>4 «Д»</b>	<b>3 «Д»</b>	<b>2 «Д»</b>
	19 человек	22 человека	23 человека
<b>Мне на уроке физической культуры</b>			
1. нравятся все задания	8	15	15
2....нравятся почти все задания	10	6	7
3....нравятся отдельные задания	1	1	
4.ничего не нравятся			1

вопрос	4 «Д»	3 «Д»	2 «Д»
	19 человек	22 человека	23 человека
<b>Мне на уроке физической культуры</b>			
1.нравятся все задания	8	15	15
2....нравятся почти все задания	10	6	7
3....нравятся отдельные задания	1	1	
4.ничего не нравятся			1

На уроки физической культуры я прихожу.....			
1.....всегда с желанием	7	14	10
2....почти всегда с желанием	8	6	8
3...когда с желанием ,а когда нет	4	1	
4...всегда без желания		1	4
<b>Занимаешься ли ты спортом?</b> да	15	18	19
нет	4	4	2
<b>Нравиться ли тебе заниматься спортом?</b> да	17	19	19
нет	2	2	2



<b>Ты занимаешься один или вместе с родителями?</b>			
один	11	14	17
с родителями	8	7	4
<b>Делаешь ли ты зарядку?</b>			
да	7	13	8
нет	12	9	13
<b>Делают ли зарядку твои родители вместе с тобой? да</b>	1	15	4
нет	6	7	8

Какие виды спорта тебе нравятся более всего?	Баскетбол ,футбол , плавание ,теннис ,конный спорт ,фигурное катание, лыжи ,бег ,прыжки ,хоккей, бокс.		
<b>Нравятся ли тебе уроки физкультуры ? _</b>			
да	18	22	18
нет	1		3
<b>Доволен ли ты отметкой по физкультуре?</b>			
да	12	19	15
нет	7	3	2

**Стань творцом  
и тогда каждый новый шаг  
в твоей профессиональной  
деятельности станет  
открытием мира души  
ребёнка.**

Спортивных  
побед!

