

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УЧРЕЖДЕНИЕ
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
И СПОРТА УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ»

ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА РЕСПУБЛИКИ
БЕЛАРУСЬ»

ВНУТРИШКОЛЬНЫЙ КОНТРОЛЬ
ЗА ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ УЧАЩИХСЯ

(МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ)

МИНСК, 2004

Методические рекомендации разработаны на основе действующих нормативных правовых документов Министерства образования Республики Беларусь 2000 – 2004 годов и адресованы руководителям учреждений образования, методистам, организаторам управлений и отделов образования.

Автор – ОВЧАРОВ В.С., заместитель директора учреждения «Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов» Министерства образования Республики Беларусь.

Спортивная терминология:

➤ *из Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте»:*

Физическая культура — составная часть общей культуры, сфера социально-культурной деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, совершенствования его двигательной активности, направленная на укрепление его здоровья и способствующая гармоничному развитию личности;

Спорт — социально-культурная деятельность, осуществляемая в форме соревнований и подготовки к участию в соревнованиях;

Физическое воспитание — часть образовательного процесса, направленного на развитие физических способностей и приобретение знаний в сфере физической культуры и спорта, формирование двигательных навыков;

Физическая подготовка — деятельность, направленная на развитие физических способностей и двигательных навыков с учетом вида деятельности подготовляемого;

Олимпийское движение Беларуси — составная часть международного олимпийского движения, целью которого являются пропаганда идей олимпизма, развитие спорта и укрепление международного сотрудничества;

Паралимпийское движение Беларуси — составная часть международного паралимпийского движения, целью которого является укрепление международного спортивного сотрудничества спортсменов-инвалидов;

Спортсмен — физическое лицо, систематически занимающееся избранным видом (видами) спорта, принимающее участие в спортивных соревнованиях;

Коллектив физической культуры — добровольное объединение граждан без образования юридического лица, создаваемое в организациях для подготовки к спортивным соревнованиям и участия в них;

Спортивные мероприятия — спортивные соревнования и подготовка к ним;

Физкультурно-спортивные сооружения — объекты, предназначенные для проведения занятий физической культурой и спортом.

➤ *по Л.П.Матвееву:*

Физическое развитие – процесс становления и формирования многофункциональных свойств организма и связанных с этим физических качеств индивидуума;

Физическая подготовленность – уровень развития физических качеств и двигательных навыков у занимающихся;

Физическое совершенство – оптимальное соотношение уровней гармонического физического развития и всесторонней физической подготовленности занимающихся.

➤ **из Устава Всемирной организации здравоохранения:**

Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Здоровье обусловлено на 50%-55% образом жизни, на 25%-30% воздействием внешней среды, а остальное – факторы наследственности и усилия медицины.

ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ

Физическая культура как учебный предмет входит в перечень обязательных предметов базовых учебных планов для учреждений образования. Физическое воспитание учащихся в учреждениях образования, как процесс формирования физической культуры личности, организуется в соответствии с требованиями Законов Республики Беларусь "Об образовании", "О физической культуре и спорте", должно соответствовать базовым учебным планам и осуществляться **не менее трёх раз в неделю** в течение всего периода обучения во всех классах.

Содержание учебно-воспитательного процесса физического воспитания учащихся регламентируется действующими учебными программами по физической культуре и осуществляется в соответствии с Положением о физическом воспитании учащихся Республики Беларусь.

Основной целью физического воспитания является содействие всестороннему развитию личности каждого ученика средствами физической культуры. Для достижения данной цели каждое учреждение образования призвано

обеспечить необходимые условия для оптимального решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач действующих учебных программ по физической культуре.

С целью достижения более высокого оздоровительного эффекта необходимо планировать и проводить физкультурные занятия преимущественно на свежем воздухе с использованием естественных природных факторов, а именно, лесопарковых зон, лесных массивов, скверов, троп или дорожек здоровья.

Руководителям учреждений образования с углубленным (профильным) изучением отдельных предметов, а также гимназий и лицеев необходимо при разработке и утверждении учебных планов для своих учебных заведений или классов руководствоваться базовыми учебными планами, которые предусматривают **не менее трёх часов в неделю** на физическое воспитание учащихся.

Запрещается сокращать количество уроков физической культуры. Ссылки на отсутствие спортивных залов, оборудования и инвентаря, перегрузку спортивных помещений (например, по 2-3 класса одновременно занимаются в спортзале) являются несостоятельными.

При составлении расписания уроков необходимо помнить, что для достижения положительного оздоровительного эффекта оптимальным вариантом является проведение уроков физической культуры в режиме недели через день. **Недопустимо** проведение уроков физкультуры в течение трёх дней подряд. В учреждениях образования, где уроки носят **спаренный** характер, желательно планировать и проводить уроки с интервалом в 2-3 дня.

Объединение уроков физкультуры допускается в следующих случаях:

- при выполнении учебной программы по лыжной подготовке вне территории учебного заведения;
- при совмещении уроков физкультуры в смежных классах в малокомплектных школах;
- при совмещении уроков физкультуры в параллельных (с IV по IX) классах
- при объединении X-XI классов с целью проведения занятий отдельно для мальчиков и девочек;
- при занятиях в классе с углубленным или повышенным уровнем изучением предмета "Физическая культура" – еженедельно не менее чем 2 раза по 2 совмещённых урока с интервалом 2-3 дня;
- при совмещении уроков физкультуры с уроками иностранного языка в X-XI классах и делении класса на подгруппы.

Во всех случаях объединённые уроки планируются и проводятся только последними в расписании учебного дня.

Документация учителя физической культуры по учебно-воспитательной работе.

Педагогический контроль за организацией и проведением учебно-воспитательного процесса и выполнением требований действующих учебных программ по физической культуре осуществляет администрация учреждения образования с привлечением медицинских работников, организаторов и инспекторов отделов образования, руководителей методических объединений учителей физкультуры.

Каждый учитель планирует на учебный год содержание учебно-воспитательного процесса с учётом оптимального решения задач физического воспитания учащихся, их возрастно-половых, психических и физиологических особенностей, а также условий проведения занятий, наличия и состояния спортивной базы, оборудования, инвентаря, традиций школы и интересов учащихся, состояния их здоровья и уровня физической подготовленности, собственной специализации в спорте.

У каждого учителя физкультуры должны быть следующие документы планирования:

- **годовой план-график распределения учебного материала (сетка часов);**
- **четвертные или годовой поурочные планы распределения учебного материала;**
- **планы или планы-конспекты уроков.**

Перечисленными планами можно пользоваться в течение ряда лет, внося в них лишь необходимые изменения или дополнения. Годовой план-график и поурочные планы ежегодно утверждаются администрацией учреждения образования до начала учебного года. Все перечисленные документы планирования должны храниться у учителя в учреждении образования (кабинете физкультуры) в течение всего учебного года.

У учителей начальных классов, проводящих уроки физической культуры, должны быть четвертные или годовой поурочные планы распределения учебного материала (утвержденные администрацией учреждения образования), а также планы (планы-конспекты) уроков.

Годовой план-график распределения учебного материала (сетка часов).

При распределении учебного времени на различные разделы программного материала необходимо учитывать следующие особенности:

- В зависимости от условий и объективной необходимости учитель может изменить объём учебного времени на различные разделы программного материала, используя средства по выбору или часы, отведенные на **плавание**.
- Обучение плаванию учащихся планируется в школах, имеющих для этого необходимые условия или возможность использовать близлежащие бассейны.
- В V-IX(X) классах, если отсутствуют условия для обучения плаванию, рекомендуется в таком же объеме часов проводить уроки по туризму.

Четвертное (годовое) поурочное планирование.

Четвертные или годовой поурочные планы распределения учебного материала разрабатываются с учетом:

- ❖ включения в них всех требований действующих учебных программ по физической культуре;
- ❖ наличия и возможностей оптимального использования имеющейся материально-технической базы и спортивного оборудования и инвентаря;
- ❖ соблюдения традиций учреждения образования и региона, где оно находится.

Поурочные планы могут быть исполнены в различной форме, например, в форме таблицы, в форме текстового изложения и др. Важно отметить, что в республике **не установлены конкретные требования к оформлению поурочных планов**. Учитель может использовать любую форму, которая, по его мнению, наиболее удобна для работы.

Вместе с тем существуют **требования к содержанию поурочных планов:**

- ❖ наличие всех разделов действующих учебных программ, а именно: а) требования к знаниям, б) требования к двигательным умениям и навыкам, в) развитие физических качеств, г) домашние задания, д) тестирование (определение уровня физической подготовленности учащихся);
- ❖ на раздел «Требования к знаниям» планируется не менее 8 часов в учебном году (не менее чем по 2 часа в каждой четверти);
- ❖ для поурочного планирования раздела «Требования к двигательным умениям и навыкам» (планирование в форме таблицы) используется аббревиатура, обозначающая этапы формирования умений и навыков: **О** – ознакомление; **Р** – разучивание; **З** – закрепление; **С** – совершенствование; **К** – контроль; **П** – повторение.
Количество уроков, отводимых на каждый этап обучения, определяет сам учитель, учитывая возрастно-половые особенности учащихся, их уровень подготовленности и физического развития, наличие оборудования и инвентаря, место проведения занятий и т.д. Нежелательно использовать для этих целей цифры, указывающие на количество времени, отводимого для изучения конкретного упражнения, так как это затрудняет определение этапа обучения, а также формулировку конкретных задач на урок;
- ❖ серии уроков раздела «Требования к двигательным умениям и навыкам» должны заканчиваться этапом контроля «**К**», на котором учитель оценивает отметками степень сформированности техники, т.е. качество выполнения конкретного упражнения;
- ❖ поурочное содержание раздела «Развитие физических качеств» может быть изложено как цифрами, обозначающими необходимое количество времени на развитие того или иного качества, так и другими знаками;
- ❖ содержание раздела «Домашние задания» могут составлять три вида заданий: а) теоретические сведения, б) отдельные упражнения или комплексы упражнений из раздела «Требования к двигательным умениям и навыкам», в) упражнения, направленные на развитие одного или нескольких физических качеств. Первые два вида могут задаваться на короткий промежуток времени, например, от 2-3 дней до 1-2 недель. Третий вид домашних заданий задается не менее чем на 5-6 недель, т.е. такое задание может быть предложено один раз на всю учебную четверть;
- ❖ содержание раздела «Тестирование» составляют конкретные тестовые упражнения, указанные в действующих учебных программах. Сроки тестирования учащихся должны точно совпадать с указаниями по его проведению, изложенными в инструктивном письме Министерства образования Республики Беларусь к началу учебного года.

Планы, планы-конспекты уроков.

Планы или планы-конспекты уроков являются обязательной формой планирования учебного материала. Для молодых специалистов, а также учителей с небольшим стажем работы (например, до 5 лет), рекомендуется разрабатывать подробные планы-конспекты уроков. Более опытные учителя с большим стажем работы и наличием высшей квалификационной категории могут ограничиться планами уроков.

Из приведенных ниже примерных форм видно, что верхняя часть («шапка») указанных планов практически одна и та же. Различия заключаются лишь в объеме и содержании нижней части планов.

План (примерная форма)

урока № ____ в ____ кл. СШ № _____ " ____ " _____ г.

Задачи урока: 1. _____

2. _____

3. _____

Место проведения _____ Инвентарь и

оборудование _____

I*. карточки №14 и 19**;

II. девочки: карточка № 8; мальчики: карточка №12;

III. карточка №22.

Учитель: _____ / _____ /.

Подпись

Ф.И.О.

* - римской цифрой обозначены части урока.

** - номера карточек учитель берет из собственной картотеки.

План – конспект (примерная форма)

урока № ____ в ____ кл. СШ № _____ " ____ " _____ г.

Задачи урока: 1. _____

2. _____

3. _____

Место проведения _____ Инвентарь и

оборудование _____

№	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
I. Подготовительная часть			
1			

2			
3..			
10			
II. Основная часть			
1			
2			
3..			
20			
III. Заключительная часть			
1			
2..			

Учитель: _____ / _____ /
подпись Ф.И.О.

**Документация учителя физической культуры
по спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работе.**

Одним из эффективных методов формирования здорового образа жизни у учащихся является агитационно-пропагандистская работа. В учреждении образования рекомендуется иметь следующие стенды с физкультурно-спортивной информацией:

- план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий на учебный год;
- экран хода круглогодичной спартакиады учреждения образования;
- требования Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса первой, второй и третьей ступеней;
- учебные нормативы и нормативы оценки уровня физической подготовленности действующих учебных программ;
- нормативы Республиканского смотра уровня физической подготовленности в рамках физкультурно-спортивного движения «Олимпийские надежды Беларуси»;
- требования физкультурно-спортивного комплекса «Защитник Отечества»;
- экран выполнения требований физкультурно-спортивного комплекса «Защитник Отечества»;
- рекорды учреждения образования;
- лучшие спортсмены учреждения образования;
- спортивная жизнь школы;
- спорт в республике и за рубежом.

Журнал учёта внеклассной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы.

Типовая форма журнала учета внеклассной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы утверждена инструктивно-методическим письмом Министерства образования Республики Беларусь от 23.08.2000г. № 12-4/413 "Об организации и учёте внеклассной физкультурно-оздоровительной работы с учащимися в лицеях, гимназиях, общеобразовательных школах, школах-интернатах и детских домах всех типов и наименований, классах школ-детских садов". Журнал является учетно-финансовым документом и заполняется в соответствии с изложенной в нем инструкцией.

В журнале фиксируются следующие виды запланированных и выполненных работ:

- организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня (семинары и консультации для учителей и классных руководителей по вопросам физического воспитания учащихся);
- организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий круглогодичной внутришкольной спартакиады, соревнований по видам спорта, по смотру уровня физической подготовленности учащихся «Олимпийские надежды Беларуси», ежемесячных Дней здоровья, физкультурных праздников и т.п.;
- организация и обеспечение активной деятельности физкультурного актива учреждения образования;
- проведение занятий в физкультурных кружках и спортивных секциях, в том числе и для учащихся начальных классов;
- подготовка и участие сборных команд учреждения образования по различным видам спорта в районных, городских, областных и республиканских соревнованиях и мероприятиях, в том числе и совместных с управлениями и отделами физкультуры, спорта и туризма райгорисполкомов;
- изготовление и ремонт спортивного и физкультурного инвентаря и оборудования;
- оказание помощи администрации учреждения образования в обеспечении учебно-воспитательного процесса необходимым спортивным инвентарем и оборудованием, досмотр за его сохранностью и безопасностью в течение всего учебного года.

Уборка территории школьного стадиона и спортивных площадок, косьба травы на стадионе, заливка льда и чистка катка от снега не могут быть причислены к внеклассной физкультурно-оздоровительной работе.

Журнал заполняется учителями физической культуры в соответствии с их индивидуальными годовыми планами, утверждаемыми приказом директора учреждения образования. Контроль объема и качества проведенной работы осуществляет заместитель директора по учебно-воспитательной работе.

Журнал учёта кружковой работы.

В случаях организации и проведения кружковой работы по физической культуре и спорту, **которая не входит составной частью во внеклассную спортивно-массовую и физкультурно-оздоровительную работу**, учитель обязан вести журнал учета кружковой работы, в котором должны быть список постоянно посещающих занятия учащихся, даты проведения занятий, их продолжительность, а также тематика каждого занятия. В качестве образца предлагаем примерный годовой план работы кружка учреждения образования с объемом 9 часов в неделю.

**Годовой учебный план группы ОФП
(с элементами лёгкой атлетики)**

руководителя кружка ___ категории _____ на 200__-200__ уч. г.

Содержание занятий	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	Σ
Теоретические сведения										
1. Физическая культура и спорт в РБ					1					1
2. Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние занятий физическими упражнениями						1				1
3. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов							1			1
4. Врачебный контроль, самоконтроль, доврачебная помощь, спортивный массаж								1		1
5. Меры предупреждения травм, страховка и помощь									1	1
6. Краткие сведения о физиологических основах тренировки	1									1
7. Основы техники легкоатлетических упражнений		1								1
8. Общая и специальная физическая подготовка и её роль в спортивной тренировке			1							1
9. Организация и проведение соревнований по лёгкой атлетике, правила соревнований по бегу, прыжкам, метаниям				1						1
Итого часов на теоретические занятия	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
Практические занятия										
1. Общая физическая подготовка	16	17	10	11	23	20	23	20	12	152
2. Специальная физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	54
3. Изучение и совершенствование техники выполнения легкоатлетических упражнений	9	9	9	6	6	6	6	9	9	69
4. Участие в соревнованиях	4	4	3	2	2	2	2	2	4	25
5. Инструкторская и судейская практика	3	2	1	1	1	1	1	1	1	12
Итого часов на практические занятия	38	38	29	26	38	35	38	38	32	312
ВСЕГО часов:	39	39	30	27	39	36	39	39	33	321

Журнал учёта работы спортивной секции.

Указанный журнал может использоваться при проведении секционных занятий по различным видам спорта как в рамках внеклассной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы, так и вне ее. Предлагаемый образец журнала учета работы спортивной секции включает в себя следующие страницы:

1. Общие сведения об учащихся:

№ п/п	Ф.И.О.	Пол	Год рожд.	Класс (группа)	Мед. группа	Умение плавать

2. Посещаемость секционных занятий в _____ месяце:

№	Фамилия Имя	Даты занятий											

3. Учёт пройденного учебного материала:

Дата	Краткое содержание учебного материала	Кол-во часов	Подпись учителя

ТРЕБОВАНИЯ К УЧЁТУ УСПЕВАЕМОСТИ

Оценка успеваемости по предмету "Физическая культура" определяется по степени усвоения программного материала. Критериями оценки являются единые требования, которые в комплексе объективно отражают индивидуальный уровень усвоения знаний, формирования умений и навыков, а также развития двигательных (физических) качеств учащихся на определённом этапе обучения.

Нормативно-правовой основой при выставлении отметок по физической культуре являются Правила аттестации, перевода, организации выпускных экзаменов и выпуска учащихся учреждений, обеспечивающих получение общего среднего образования (в редакции Постановления Министерства образования Республики Беларусь от 01.11.2002 г. №49 с изменениями и дополнениями), требования действующих учебных программ по физической культуре, образовательный стандарт общего среднего образования «Физическая культура», а также другие нормативные документы Министерства образования Республики Беларусь.

В процессе овладения новыми движениями каждый учащийся проходит определённые этапы обучения, где формируются его знания, двигательные и организаторские навыки, воспитываются морально-волевые черты личности, развиваются двигательные качества. Исходя из этого, контроль и оценка знаний, двигательных умений и навыков учащихся должны осуществляться на протяжении всего урока.

Учитель может оценивать учащихся отметками на уроках физической культуры:

- ❖ **знания:** а) общие теоретические сведения о социальной сущности, медико-биологических основах и истории физкультуры и спорта; б) теоретические сведения по основным видам движений, правила подвижных, народных и спортивных игр, соревнований; в) обеспечение безопасности физкультурных занятий и др.;
- ❖ **умения и навыки:** контроль не только результатов, но и процесса освоения учащимися техники физических упражнений. Отметка может выставляться как за законченное движение, так и за отдельные его элементы;
- ❖ **уровень развития двигательных качеств** с использованием программных материалов, а также различных контрольных и тестовых упражнений;
- ❖ **домашние задания**, предусматривающие самостоятельное разучивание упражнений или целых комплексов, а также выполнение отдельных упражнений тренировочного характера;
- ❖ **прилежание.**

Нельзя забывать и о формировании у учащихся нравственных качеств (сознательная дисциплина, чувство ответственности, самооценка выполняемой работы, добросовестное отношение к труду и т.п.). Очень важно, чтобы все эти качества учитель держал в поле зрения и давал им своевременную и должную оценку с учётом индивидуальных особенностей каждого ученика.

Итоговые четвертные (триместровые) и годовая отметки выставляются на основании и с учётом текущих отметок за все вышеперечисленные стороны деятельности учеников. Причём ни одна из указанных сторон не должна превалировать над другими. **Недопустимо оценивать учащихся только на основании текущих отметок за нормативы уровня физической подготовленности.**

В целях объективизации итоговых четвертных (триместровых) отметок учитель выставляет промежуточные итоговые отметки **отдельно за знания, умения и навыки, уровень развития двигательных качеств, домашние задания и прилежание.** Суммируя указанные промежуточные итоговые отметки, учитель по прилагаемой таблице определяет четвертную (триместровую) отметку каждому учащемуся. Таблица используется только для учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам.

СУММА БАЛЛОВ® ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЧЕТВЕРТНОЙ ОТМЕТКИ

КЛАССЫ	БАЛЛЫ									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
V – VII	4-5	6-9	10-14	15-18	19-21	22-25	26-29	30-33	34-37	38-40
VIII – XII 1 и 4 четв.	5-6	7-11	12-16	17-21	22-26	27-31	32-36	37-41	42-46	47-50
VIII-XII 2 и 3 четв.	4-5	6-9	10-14	15-18	19-21	22-25	26-29	30-33	34-37	38-40

Пример: ученик IX класса в I четверти по разделу «Требования к знаниям» получил итоговую отметку 8, по разделу «Требования к двигательным умениям и навыкам» - 9, по разделу «Развитие двигательных качеств» - 6, по разделу «Домашние задания» - 9, по разделу «Прилежание» - 10. В сумме он набрал 42 балла. По таблице определяем, что четвертная отметка у данного ученика будет **9 баллов** (несмотря на то, что нормативную часть требований программы он выполнил всего на 6 баллов).

Учитель имеет право оценить состояние спортивной формы на уроке, участие (неучастие) в школьных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях. При этом отметка выставляется в раздел «Прилежание».

Невыполнение количественных показателей по независимым от учащегося причинам (например, длительные пропуски уроков по болезни, непропорциональное физическое развитие, излишний вес и т.п.) при положительных текущих отметках за освоенные умения и навыки, усвоенные знания, прилежание не является основанием для снижения итоговой (четвертной) отметки.

Учащимся, временно освобождённым от занятий на уроках физической культуры, рекомендуется в классном журнале делать краткую запись "осв. до 28.03." (дату учитель берёт из медицинской справки). Со дня записи до указанной даты **учитель может оценивать данного ученика за выполнение программных требований из разделов «Требования к знаниям», «Требования к двигательным умениям и навыкам» (если они ему не противопоказаны), «Прилежание».** Кроме этого, учитель задает такому ученику домашние задания из указанных разделов и оценивает их выполнение. Во всех указанных случаях учитель имеет право оценивать прилежание по предмету «Физическая культура».

Учащимся, освобождённым по состоянию здоровья от занятий на уроках физической культуры на всю четверть, делается запись "осв. до 30.12" (дата соответствует последнему уроку четверти). При этом они аттестуются цифровой отметкой так же, как и временно освобожденные учащиеся от занятий на уроках физической культуры.

® В V-VII классах определяется по четырем показателям: знания, умения и навыки, домашние задания, прилежание.

В VIII-XII классах в 1 и 4 четвертях определяется по пяти показателям: знания, умения и навыки, уровень развития двигательных качеств, домашние задания, прилежание, а во 2 и 3 четвертях по указанным показателям кроме уровня развития двигательных качеств.

Если учащийся освобожден от занятий на уроках физкультуры на весь учебный год, то в графах для четвертных и годовой отметок ему делается запись "н/а (б)" (не аттестован по болезни).

Успеваемость учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, определяется на общих основаниях аналогично основной медицинской группе. Однако при этом из требований, предъявляемых к учащимся, исключаются те виды движений и контрольные нормативы, которые им противопоказаны.

Учащиеся, имеющие итоговые четвертные отметки за одну, две или три четверти и в дальнейшем отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, группе ЛФК или полностью освобожденные от занятий, оцениваются за учебный год по имеющимся (независимо от их количества) четвертным отметкам.

В классном журнале напротив фамилий учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе или группе лечебной физкультуры, делается запись – "СМГ" или "ЛФК". В дальнейшем в течение четверти этим учащимся **не выставляются** текущие отметки. В графах для четвертных и годовой отметок им делается запись "зачтено" или "не зачтено".

Выпускники учреждений, обеспечивающих получение общего среднего образования, которые достигли больших успехов в изучении учебного предмета "Физическая культура" и имеют годовые отметки «9» и «10» за время обучения в X(XI)-XI(XII) классах, при положительных отметках по другим предметам решением педагогического совета могут быть награждены Почвальнойным листом "За особые успехи в изучении отдельных предметов".

Учащимся IX классов, освобожденным от занятий на уроках физической культуры по состоянию здоровья или имеющим годовую отметку "зачтено", может быть выдано свидетельство с отличием.

Учащиеся XI классов, освобожденные, от занятий на уроках физической культуры, а также учащиеся, которые имеют по физической культуре отметку "зачтено", могут получить аттестат с отличием, а также могут быть награждены золотой или серебряной медалями.

Кандидаты и участники спортивных международных соревнований (если совпадают сроки проведения экзаменов и соревнований) могут быть освобождены от сдачи выпускных экзаменов за курс базовой и средней школы в соответствии с действующими нормативными документами Министерства образования Республики Беларусь.

На последних страницах классного журнала отведены две страницы для определения и записи уровня физической подготовленности учащихся. Их заполняет учитель физической культуры. Первая страница должна быть заполнена не позднее конца сентября (для учащихся, привлекаемых к сельскохозяйственным работам, – не позднее октября).

Каждый ученик V-XI (XII) классов в первой и последней четвертях выполняет пять (программа XI-летней школы) или шесть (программа XII-летней школы) тестовых упражнений. Результаты и соответствующие им отметки заносятся в журнал. **Уровень физической подготовленности** записывается словом и соответствует сумме баллов, указанной в таблице.

Программа XI-летней школы (5 тестовых упражнений):

Уровни физической подготовленности	Начало учебного года	Конец учебного года
Высокий	50 – 41	50 – 45
Выше среднего	40 – 31	44 – 35
Средний	30 – 21	34 – 25
Ниже среднего	20 – 21	24 – 15
Низкий	10 - 5	14 – 5

Программа XII-летней школы (6 тестовых упражнений):

Уровни физической подготовленности	Начало учебного года	Конец учебного года
Высокий	60 – 49	60 – 54
Выше среднего	48 – 37	53 – 42
Средний	36 – 25	41 – 30
Ниже среднего	24 – 13	29 – 19
Низкий	12 - 6	18 – 6

Сведения об уровне физической подготовленности учащихся должны использоваться учителями в первую очередь для разработки и корректировки планирования учебного материала, а также для подбора упражнений к домашним заданиям. Кроме этого, результаты тестирования служат критериями смотра уровня физической подготовленности, проводимого в масштабах всей республики. Сведения об индивидуальном уровне физической подготовленности учащихся сообщаются родителям и учителям на собраниях и педсоветах.

В классных журналах перед выставлением четвертной (в I и IV четвертях) отметки вместо даты урока делается запись "**УФП**" (уровень физической подготовленности). Всем учащимся, за исключением освобожденных, которые выполнили **все контрольные упражнения**, выставляется итоговая отметка за уровень физической подготовленности в соответствии с требованиями учебной программы, а уже после неё – четвертная отметка. Учащимся подготовительной медицинской группы, освобожденным от выполнения одного или нескольких контрольных (тестовых) упражнений, рекомендуется выставлять как текущие отметки за разрешенные к выполнению упражнения и учитывать их при определении итоговой четвертной (триместровой) отметки.

В учреждениях образования, расположенных в зонах радиационного загрязнения, уровень физической подготовленности учащихся определяется на общих основаниях. Однако при этом требования на отметку «10» упраздняются, а требования на отметку «9» приравниваются к отметке «10», требования на отметку «8» приравниваются к отметке «9», требования на отметку «7» будут соответствовать отметке «8» и т.д. Данное требование распространяется и на отдельных учащихся, переселенных из зон радиоактивного и экологического загрязнения в чистые регионы.

ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ С УЧАЩИМИСЯ, ИМЕЮЩИМИ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ.

Администрация учреждений образования обязана ежегодно совместно с органами здравоохранения организовать и провести углубленный медицинский осмотр учащихся. На основании данных медицинского осмотра о состоянии здоровья и

физического развития все учащиеся распределяются на медицинские группы (**основную, подготовительную, специальную, лечебной физической культуры**) для занятий физкультурой не позднее начала каждого учебного года.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам, занимаются под руководством учителя по действующим учебным программам на уроках физической культуры. Для учащихся подготовительной медицинской группы необходимо учитывать индивидуальные медицинские показания и противопоказания.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к группе лечебной физической культуры (ЛФК), должны заниматься в медицинских учреждениях под руководством врача-специалиста ЛФК.

Занятия с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, организуются непосредственно в учебном заведении. Проводятся они учителем со специальным физкультурным образованием отдельно от уроков физической культуры в объёме, соответствующем базовому учебному плану – 3 часа в неделю. Занятия планируются вне сетки часов до, после или во время учебных занятий.

Занятия с учащимися специальных медицинских групп должны начинаться с первых дней учебного года и продолжаться на всём его протяжении. Расписание уроков следует планировать таким образом, чтобы они приносили максимальный оздоровительный эффект. **Недопустимо** объединять занятия спецмедгрупп и проводить их в один или два дня подряд.

Комплектование специальных медицинских групп на начало учебного года проводится медицинским работником учреждения образования на основании результатов **предыдущего углубленного медосмотра** учащихся (по прошедшему учебному году) с учётом изменений, произошедших за период летних каникул. Наполняемость специальных медицинских групп - 8–15 учащихся независимо от возраста, пола, диагноза заболевания.

Если в учебном заведении недостаточно учащихся для комплектования одной группы (7 и менее человек), то для организации занятий специальной медицинской группы рекомендуется использовать часы школьного компонента учебного плана. При этом минимальная наполняемость спецмедгруппы будет регламентироваться требованиями к организации занятий школьного компонента.

В случае невозможности использования школьного компонента рекомендуется привлекать таких ребят к занятиям со всем классом. При этом необходимо строго индивидуально регламентировать физические нагрузки, не предъявлять к таким учащимся общих требований, не привлекать их к выполнению контрольных и тестовых упражнений, к участию в соревнованиях. В этом случае одной из основных задач в работе учителя будет являться улучшение всех показателей здоровья больных учащихся с последующим переводом их в подготовительную или основную медицинскую группы.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к спецмедгруппе и группе ЛФК, в полном объеме изучают программный материал раздела "Требования к знаниям", в индивидуально доступном объеме – материал раздела "Требования к двигательным умениям и навыкам", в строгом соответствии с медицинскими показаниями и рекомендациями – материал раздела "Развитие двигательных качеств".

Количество групп на начало **каждого полугодия** утверждается приказом директора учебного заведения на основании данных, представляемых медицинским персоналом. Занятия со спецмедгруппами входят в учебную нагрузку учителя и тарифицируются на общих основаниях как учебные классы.

Посещение занятий учащимися СМГ является обязательным. Ответственность за их посещаемость возлагается на администрацию и учителя, проводящего эти занятия.

Учёт проведенных занятий в спецмедгруппах ведётся в отдельном журнале или в классном журнале любого класса на страницах, отведенных для стимулирующих занятий, факультативов или курсов по выбору (IV–XI классы). Все записи делаются в соответствии с правилами по ведению классных журналов. Текущие отметки в журнал не выставляются. Успеваемость учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе и группе лечебной физической культуры, оценивается в форме "зачтено" или "не зачтено". В таком виде отметка является итоговой за четверть, учебный год и окончательной, вносимой в аттестат или свидетельство об окончании учреждения образования.

Учащимся, полностью освобождённым по состоянию здоровья от занятий физкультурой и не отнесенным ни к одной из четырёх медицинских групп, в классном журнале в графах для четвертных, годовых отметок вносится запись "н/а (бол.)", т.е. не аттестован по болезни, а в свидетельстве и аттестате делается запись "освобождён (а)".

Для организации и проведения занятий с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к спецмедгруппе, можно пользоваться методическими рекомендациями «Физическое воспитание детей и подростков, имеющих отклонения в состоянии здоровья» (Минск, 1998г.), «Определение медицинской группы учащихся и студентам для организации проведения занятий по физическому воспитанию» (Минск, 1999), а также другой специальной литературы.

Учитель должен разъяснять учащимся, что по состоянию здоровья они освобождены не от уроков физической культуры, а от занятий (т.е. двигательной активности) на уроке физической культуры.

Все учащиеся, временно или постоянно освобождённые от занятий, **обязаны** присутствовать на уроках физической культуры. Учитель предлагает им индивидуальные задания из раздела "Знания", создает условия для самостоятельного выполнения рекомендованных врачом комплексов оздоровительной и профилактической гимнастики, а также может привлекать их к педагогическому процессу в качестве помощников, судей, для осуществления страховки и т.п.

В целях повышения эффективности всего процесса физического воспитания необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования. После каждого урока спортивные залы должны проветриваться. В течение дня не менее двух раз нужно делать влажную уборку помещений, в которых проходят учебные занятия.

Учащиеся обязаны заниматься в спортивной форме, соответствующей погодным условиям. Спортивную форму, и **особенно обувь**, следует использовать только для занятий физкультурой, но не для повседневной носки.

Учётно-отчётная документация по организации учебно-воспитательной работы с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

В учреждениях образования на начало учебного года должны быть следующие документы:

- Приказ об организации и проведении углубленного медицинского осмотра учащихся учреждения образования.
 - Приказ о результатах углубленного медицинского осмотра учащихся учреждения образования.
 - Приказ (на каждое учебное полугодие) о комплектовании и организации занятий СМГ.
 - Журнал (или специально отведенные страницы в классном журнале любого класса) учета работы спецмедгрупп.
 - Медицинский листок класса в каждом классном журнале.
- Образцы указанных приказов приводятся ниже.

ПРИКАЗ № _____
по учреждению образования _____
" ____ " _____ **200__ г.**

Об организации и проведении углубленного учреждения образования медицинского осмотра учащихся

С целью охраны здоровья учащихся и в соответствии с утвержденным рай(гор)отделом здравоохранения графиком проведения углубленного медицинского осмотра в _____ (наименование лечебного учреждения) ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить прилагаемый график прохождения углубленного медицинского осмотра учащихся _____ классов (групп):

Класс (группа)	Дата лабораторных исследований	Дата углубленного медосмотра

2. Классным руководителям (кураторам групп) _____: (наименование классов (групп))

2.1. Провести с учащимися беседу о необходимости ежегодного прохождения углубленного медицинского осмотра, о поведении в лечебном учреждении.

2.2. Обеспечить явку учащихся на медосмотр и присутствовать лично во время его проведения.

3. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя директора по учебной работе _____.

Руководитель учреждения образования: _____ / _____ /
(подпись) (Ф.И.О.)

ПРИКАЗ № _____
по учреждению образования _____
" ____ " _____ **200__ г.**

О результатах углубленного учреждения образования медицинского осмотра учащихся

С целью охраны здоровья учащихся, эффективной организации учебно-воспитательного процесса по физической культуре и на основании результатов углубленного медицинского осмотра ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Классным руководителям (кураторам групп) – результаты углубленного медицинского осмотра (группа здоровья, медицинская группа по физической культуре), рекомендации медицинских работников (организация работы и двигательной активности учащегося в течение недели и учебного дня) довести до сведения родителей, учителей-предметников.

2. Для занятий на уроках физической культуры к подготовительной медицинской группе отнести следующих учащихся:

№ п/п	Фамилия Имя	Класс (группа)

3. Для занятий физической культурой в поликлинике (лечебном учреждении) отнести следующих учащихся к группе лечебной физической культуры:

№ п/п	Фамилия Имя	Класс (группа)

4. Учителям физической культуры осуществлять учебный процесс с учетом данных углубленного медицинского осмотра учащихся.

5. Заместителю директора _____ по итогам медосмотра учащихся внести изменения в приказ "О комплектовании и организации занятий СМГ" от «__» _____ 200__ г. и довести его до сведения медицинского работника и учителей физической культуры.

6. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя директора по учебной работе _____.

Руководитель учреждения образования: _____ / _____ /
(подпись) (Ф.И.О.)

ПРИКАЗ № _____
по учреждению образования _____
_____ августа **200__ г.**

О комплектовании и организации занятий специальных медицинских групп в учреждении образования

На основании результатов прошедших медицинских осмотров учащихся и в целях организации занятий физической культурой учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ) в 200__ - 200__ учебном году

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. С 01.09.200__г. сформировать ___(к-во) специальных медицинских групп.
2. Руководителями этих групп назначить: _____(ФИО учителя физкультуры) в СМГ № 1,2; _____(ФИО учителя физкультуры) в СМГ № 3,4 и т.д.

3. Зачислить в специальные медицинские группы следующих учащихся:

СМГ № 1

Медведева Игоря 1а

Носова Геннадия 2б...

СМГ № 2

Амосова Диму 5а

Бизюка Николая 6б...

4. Ответственность за посещение учащимися занятий в СМГ возложить на руководителей СМГ и классных руководителей (кураторов групп).

5. Руководителям СМГ до 1 сентября 200__г. представить на утверждение расписание занятий.

6. Контроль организации и проведения занятий СМГ возложить на заместителя директора _____ и врача (медицинского работника) _____.

Руководитель учреждения образования: _____ / _____ /

(подпись)

(Ф.И.О.)

ПРИКАЗ № _____

по учреждению образования _____

"__" "__" 200__г.

О внесении изменений в приказ

от "__" "__" 200__г. № _____

"О комплектовании и организации

в учреждении образования"

занятий специальных медицинских групп

На основании результатов профилактических осмотров, медицинских справок учащихся и информации медицинского работника учреждения образования

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. С "__" "__" 200__г. исключить из списков СМГ ниже перечисленных учащихся и перевести их

1.1. в подготовительную группу (*указать ФИО учащихся*);

1.2. в основную группу (*указать ФИО учащихся*);

1.3. в группу ЛФК (*указать ФИО учащихся*).

2. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя директора по учебной работе _____

Руководитель учреждения образования: _____ / _____ /

(подпись)

(Ф.И.О.)

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА В РЕЖИМЕ УЧЕБНОГО ДНЯ

Обязательными формами физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного дня в учреждениях образования являются:

✓ физкультурные минутки на общеобразовательных уроках и во время самоподготовки;

✓ физические упражнения и подвижные игры на переменах;

✓ ежедневные занятия физическими упражнениями (спортивный час) в группах продлённого дня;

Физкультурные минутки на общеобразовательных уроках и во время самоподготовки представляют собой активный отдых, направленный на уменьшение утомления учащихся, снятие отрицательных воздействий от длительных статических нагрузок, активизацию внимания учащихся и повышение их способности к более эффективному восприятию учебного материала.

Физкультминутки необходимо проводить на каждом уроке. Целесообразно проведение физкультминуток на 25-й минуте. Во время контрольных работ физкультурные минутки не проводятся.

В комплексы физкультурных минуток включаются, как правило, 4-5 упражнений, с общей продолжительностью их выполнения 1,5-2 минуты. Упражнения рекомендуется выполнять сидя или стоя.

Физические упражнения и подвижные игры на переменах используются в качестве активного отдыха с целью снижения утомления, возникшего в результате учебной деятельности. Они служат одним из активных средств формирования и закрепления умений и навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями. При организации подвижного отдыха учащихся на переменах необходимо учитывать возрастно-половые особенности занимающихся.

В хорошую погоду все занятия следует организовывать на свежем воздухе. Для проведения игр и эстафет каждому классу заранее определяются места на пришкольных площадках. В случае плохой погоды, для таких занятий предусматриваются места в спортивном и тренажёрном залах, игровых комнатах, коридорах и других помещениях. Заканчивают игры обязательным выполнением комплекса восстановительных упражнений не позднее чем за пять минут до начала следующего урока.

Этот вид активного отдыха проводится под руководством учителей. Учителя физической культуры оказывают им методическую помощь: рекомендуют те или иные игры, знакомят с правилами и методикой их проведения и т.п.

Ежедневные занятия физическими упражнениями (спортивный час) в группах продлённого дня (ГПД) проводятся, как правило, на открытом воздухе и имеют оздоровительную направленность. При определении времени проведения спортивного часа следует иметь в виду, что у младших школьников снижение умственной работоспособности

происходит после 3-4 уроков. Поэтому оптимальными сроками в режиме дня для спортивного часа является время с 12.00 до 13.00 и с 17.00 до 18.00.

Учителя физической культуры оказывают организационную и методическую помощь воспитателям в подготовке и проведении занятий.

Содержание спортивного часа должно быть взаимосвязано с учебной программой по физической культуре. Во время занятий в игровой и соревновательной форме выполняются игры и упражнения, изученные на уроках физической культуры. С учётом повышенного интереса у детей к подвижным и спортивным играм, эстафетам, катанию на лыжах и коньках в содержание спортивного часа должны включаться упражнения из этих разделов программы.

ВНЕКЛАССНАЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА

Внеклассная физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в учебных заведениях является составной частью учебно-воспитательного процесса физического воспитания учащихся и программы "Здоровье школьника". **Весь педагогический коллектив во главе с администрацией школы принимает непосредственное участие во внеклассной физкультурно-оздоровительной работе.**

Учитель физической культуры **обязан** особое внимание уделять организации и проведению внутришкольной круглогодичной спартакиады. Все соревнования и спортивно-массовые мероприятия планируются и проводятся **во внеурочное время**. Разрабатывая Положение о спартакиаде, учителю нужно учитывать максимальный охват учащихся спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работой, а также не забывать о патриотическом воспитании подрастающего поколения. Все внутришкольные соревнования должны начинаться с подъёма государственного флага под звуки гимна Республики Беларусь.

Одним из основных документов, регламентирующих организацию внеклассной физкультурно-оздоровительной работы, является Инструктивное письмо Министерства образования и Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 26 ноября 1998 года "О порядке организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий среди учащихся общеобразовательных школ, гимназий, лицеев, колледжей, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений".

Обязательными для всех типов учебных заведений при организации и проведении круглогодичной внутришкольной спартакиады **являются семь видов спортивных соревнований:**

- ◆ 1.весенний или осенний кросс;
- ◆ 2.многоборье допризывника или соревнования по комплексу "Защитник Отечества";
- ◆ 3.одна из спортивных игр по выбору: волейбол, футбол, баскетбол, гандбол, настольный теннис;
- ◆ 4.легкоатлетическое многоборье (бег на короткую и длинную дистанции, прыжки в высоту или длину, метание мяча);
- ◆ 5-6. два вида по выбору: лыжные гонки, плавание, туристские соревнования, одна из невыбранных спортивных игр из пункта 3.
- ◆ 7. соревнования смотра уровня физической подготовленности учащихся "Олимпийские надежды Беларуси".

Соревнования планируются равномерно в течение учебного года и проводятся ежемесячно, в том числе и во время осенних, зимних и весенних каникул, в форме физкультурных праздников, Дней здоровья и т.п.

Особое внимание следует уделять детско-юношескому туризму как рекреационно-оздоровительному и спортивно-прикладному средству физического воспитания учащихся. В этих целях можно использовать в качестве вариативного компонента программ по физической культуре учащихся учебно-методический материал В. И. Ганопольского "Туризм в общеобразовательной школе", а также пособие для учителя "Туризм в школе" (часть 1, "Уроки туризма").

Внеклассная работа по физическому воспитанию учащихся включает в себя:

- ❖ организацию и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня (семинары и консультации для учителей и классных руководителей по проведению физкультминуток на общеобразовательных уроках, физических упражнений и игр на удлинённых переменах, физкультурных занятий на спортивном часе в ГПД и другим вопросам физического воспитания учащихся);
- ❖ организацию и проведение физкультурно-массовых, спортивных и туристских мероприятий круглогодичной внутришкольной спартакиады, соревнований по видам спорта, по смотру уровня физической подготовленности учащихся "Олимпийские надежды Беларуси", физкультурные праздники и т.д.;
- ❖ обеспечение активной деятельности физкультурного актива;
- ❖ организацию и проведение занятий в физкультурных и спортивных кружках (в том числе и с учащимися начальных классов);
- ❖ подготовку и участие сборной команды учреждения образования в районных, городских, областных и республиканских соревнованиях;
- ❖ оказание помощи администрации в обеспечении учебно-воспитательного процесса необходимым спортивным инвентарём и оборудованием, досмотр (т.е. ремонт) за его сохранностью **и безопасностью** на протяжении всего учебного года.

Основным критерием внеклассной работы в учебном заведении является регулярное массовое участие школьников в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях в течение учебного года. При этом в обязанности учителя физической культуры входят организация и проведение физкультурно-оздоровительных или спортивных мероприятий не реже одного раза в четверть **отдельно** для учащихся 1-4, 5-9(10) и 10(11)-11(12) классов.

Особое внимание следует уделять проведению ежемесячных Дней здоровья с максимальным охватом учащихся различных возрастов и привлечением их родителей. Такие мероприятия рекомендуется проводить в послеурочное время по четвергам и субботам. При проведении Дней здоровья и других мероприятий в выходные и праздничные дни на основании приказа по учреждению образования учителям предоставляется компенсация в соответствии с действующим законодательством.

Обязательным условием при проведении внеклассной работы является соблюдение действующих правил безопасности занятий по физической культуре и спорту в учебных заведениях Республики Беларусь.

Оплата труда учителей физической культуры за проведение внеклассной физкультурно-оздоровительной работы с учащимися в общеобразовательных школах, школах-интернатах и детских домах всех типов и наименований, классах школ-детских садов производится исходя из тарифных ставок, установленных для руководителей кружка, секции, туристской группы **за фактически отработанные часы** (но не более 0,5 ставки каждому учителю физической культуры) в соответствии с

планами внеклассной физкультурно-оздоровительной работы с учащимися, утвержденными администрацией учебного заведения по состоянию на 1 сентября.

Внеклассная работа в учреждениях образования подтверждается следующими документами:

- приказ (распоряжение) о внеклассной физкультурно-оздоровительной работе на учебный год;
- журнал учета внеклассной физкультурно-оздоровительной работы;
- положение о круглогодичной внутришкольной спартакиаде;
- календарь спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий на учебный год;
- расписание занятий физкультурных кружков, групп ОФП;
- журнал учёта материальных ценностей кабинета физкультуры;
- приказы, распоряжения и протоколы о проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, о присвоении спортивных разрядов, о поощрении лучших спортсменов и т.п.
-

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПОВЫШЕНИЮ КАЧЕСТВА ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

В условиях дефицита учебно-методической литературы по методике физического воспитания учащихся необходимо поднимать статус методических объединений учителей физической культуры. Через регулярные заседания методических объединений (один-два раза в четверть) можно добиваться значительного улучшения качества и эффективности работы всех учителей.

Ежегодно руководители отделов образования, администрация учебных заведений должны активизировать данную форму работы со специалистами физического воспитания. Кроме этого, накопление, обобщение и распространение передового педагогического опыта необходимо рассматривать как одну из основных задач и как результат работы **школьных** (где три и более учителей физической культуры), **районных** и **городских** методических объединений учителей физической культуры.

Примерный перечень вопросов, рекомендуемых для включения в планы работы методических объединений учителей физической культуры.

- ❖ Концептуальные особенности физического воспитания учащихся в условиях реформирования системы образования.
- ❖ Особенности учебных программ по физической культуре 12-летней школы.
- ❖ Содержание действующих нормативно-правовых документов по физическому воспитанию учащихся.
- ❖ Десятибалльная система оценки учебных достижений учащихся. Особенности и критерии.
- ❖ Современные требования, предъявляемые к уроку физической культуры.
- ❖ Компьютерные технологии в работе учителя физической культуры.
- ❖ Методика планирования учебного материала с учетом современных требований и использованием компьютерных технологий.
- ❖ Организация внеурочной физкультурно-оздоровительной работы в условиях учебного дня.
- ❖ Организация внеклассной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы с учащимися.
- ❖ Методика организации и проведения массовых спортивных соревнований и физкультурных праздников в условиях учреждения образования.
- ❖ Организация работы учителей физкультуры в шестой неучебный день (по субботам).
- ❖ Агитационно-пропагандистская работа в учреждении образования по формированию здорового образа жизни учащихся.
- ❖ Роль учителя в физическом воспитании учащихся начальных классов.
- ❖ Преемственность в физическом воспитании дошкольников и учащихся начальной, базовой и средней школы.
- ❖ Туризм в физическом воспитании как активный метод формирования здорового образа жизни учащихся.
- ❖ Методика организации физкультурных занятий с учащимися в малокомплектной сельской школе.
- ❖ Методика организации физкультурных занятий с учащимися в условиях перегрузки спортивных залов (3-4 класса одновременно).
- ❖ Методика организации занятий на уроках физкультуры с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе.
- ❖ Методика организации занятий на уроках физкультуры с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
- ❖ Использование современных технологий при организации работы специальных медицинских групп.
- ❖ Домашние задания: методика, содержание, критерии оценки.
- ❖ Требования к организации и проведению внутришкольной круглогодичной спартакиады.
- ❖ Организация, проведение и подведение итогов смотра уровня физической подготовленности учащихся «Олимпийские надежды Беларуси».
- ❖ Самооценка в работе учителя физкультуры.
- ❖ 2003 - 2004 учебный год – Европейский год образования через спорт.
- ❖

Критерии оценки работы учителя физической культуры

Педагогический и медицинский контроль за организацией и проведением учебно-воспитательного процесса, выполнением требований учебных программ по физической культуре осуществляет администрация учебного заведения. При необходимости для этих целей можно привлекать руководителей методических объединений учителей физкультуры, работников областных и Минского городского центров физического воспитания учащихся. Для объективной оценки работы учителя желательно использовать различные виды и методы контроля, предъявлять требования в соответствии с действующими нормативными документами.

Критериями оценки работы учителя могут выступать:

- степень овладения учащимися программным материалом;
- качество планирования учебного материала;
- качество и эффективность организации и проведения учебно-воспитательной и внеклассной физкультурно-оздоровительной работы;
- массовый охват учащихся в течение учебного года физкультурно-оздоровительными и спортивно-массовыми мероприятиями;

- результаты участия в обязательных городских, районных, областных, республиканских спортивных соревнованиях, основу которых составляет Республиканский смотр уровня физической подготовленности учащихся «Олимпийские надежды Беларуси»;
- улучшение показателей уровня физической подготовленности учащихся;
- уменьшение процента заболеваемости учащихся (в первую очередь простудными заболеваниями);
- результаты зачёта (экзамена) по физической культуре.

При оценке качества и эффективности проведения уроков физической культуры рекомендуется обращать внимание на:

- наличие и качество разработки документов планирования учебного материала;
- соответствие содержания уроков поурочному планированию и записям в классном журнале;
- рациональное распределение и эффективное использование всего времени урока (общая и моторная плотность урока);
- соблюдение Правил безопасности и санитарно-гигиенических требований при подготовке к уроку и во время занятий;
- учёт индивидуальных возрастно-половых особенностей развития учащихся при определении объема физических нагрузок;
- творческое использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий, а также разнообразных форм и методов организации физкультурных занятий (например, с использованием аудио- видеотехники);
- объективность и всесторонность оценивания знаний, умений и навыков, уровня развития физических качеств учащихся;
- умение использовать природные условия, разнообразный инвентарь, оборудование, технические средства обучения, персональный компьютер и др. для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач урока.

ПРИМЕРНАЯ СТРУКТУРА АНАЛИЗА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ НА УРОКЕ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Во время посещения уроков используется наиболее распространенный метод наблюдения с целью характеристики и оценки психолого-педагогических и профессиональных знаний и умений учителя. При этом желательно акцентировать внимание на следующих сторонах деятельности учителя:

1. Умение владеть классом, эффективно организовать учебно-воспитательный процесс, поддерживать интерес и внимание учащихся к занятиям, воспитывать высокую сознательную дисциплину, самостоятельность и инициативу в решении двигательных задач.
2. Отношение учителя к классу в целом и к отдельным учащимся с учетом их возраста, пола, индивидуальных особенностей. Наличие педагогического такта во взаимоотношениях между учителем и учащимися.
3. Соблюдение правил безопасности при проведении занятий.
4. Умение правильно распределять места занятий учащихся в спортивных залах, на игровых площадках, своевременно замечать и грамотно исправлять ошибки школьников, изменять темп и регулировать эмоциональный фон урока, вносить изменения в содержание плана урока на основании внешних признаков утомления учащихся и других объективных причин.
5. Речь учителя, соблюдение спортивной терминологии, умение доступно и понятно объяснить учебный материал, воздействовать на учащихся изменением голоса и интонации.
6. Своевременность и эффективность, всесторонность и объективность оценки различных действий учащихся, умение использовать оценку как средство стимулирования к овладению учебным материалом.
7. Умение в течение урока комплексно решать задачи обучения, воспитания и оздоровления учащихся.
8. Разумное чередование методов педагогического воздействия, используемых на уроке (убеждение, поощрение и т.п.).
9. Умение достигать максимальный оздоровительный эффект при оптимальном уровне работоспособности учащихся в течение всего урока.
10. Темп и эмоциональность ведения урока. Бодрость и живость или вялость и медлительность в работе учителя.
11. Умение целесообразно и эффективно использовать время урока, стремиться к максимальной общей и оптимальной моторной плотности занятий.
12. Двигательная подготовленность учителя, качество показа физических упражнений, общая культура движений и манера держаться перед классом.
13. Внешний вид учителя (костюм, обувь, прическа и т.п.).

Примерная структура урока физической культуры.

Подготовительная часть (5 – 15 минут)

Задачи:

1. Организация учащихся (постановка задач на урок, обеспечение внимания, дисциплины. Собранности, регулировка эмоционального состояния, психологическая настройка на предстоящую работу и др.).

2. Подготовка организма учащихся (центральной нервной, сердечно-сосудистой систем, вегетативных функций, опорно-двигательного аппарата) для наиболее успешного решения задач основной части урока и достижения максимального оздоровительного эффекта.

Средства: строевые упражнения, различные виды ходьбы, бега, прыжков, общеразвивающие упражнения без предметов и с раздаточным инвентарем, подвижные и народные игры низкой и средней интенсивности и др.

Основная часть (25 – 35 минут)

Задачи:

1. Формирование у учащихся физкультурных знаний, двигательных умений и навыков (обучение правильной технике выполнения упражнений).

2. Развитие физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, скоростно-силовых, гибкости, подвижности и др.), воспитание морально-волевых качеств (трудолюбие, честность. Смелость, решительность, взаимопомощь и др.).

3. Обучение умению применять приобретенные навыки и качества в условиях жизни, спортивной и трудовой деятельности.

Средства: основные, подводящие и подготовительные упражнения общей и специальной физической подготовки, избранного вида спорта, спортивных, подвижных и народных игр.

Заключительная часть (до 5 минут)

Задачи:

1. Постепенное приведение организма учащихся в относительно спокойное состояние (снятие физической и психической напряженности).

2. Подготовка учащихся к последующей за уроком деятельности (организация внимания, дисциплины, собранности, напоминание о санитарно-гигиенических требованиях и т.п.).

3. Организованное завершение занятия, подведение итогов, установка на следующий урок.

Средства: строевые упражнения, медленный бег, ходьба, упражнения на восстановление дыхания, на расслабление, на внимание, подвижные (но не спортивные!) игры низкой интенсивности в положении стоя, сидя, лежа, элементы дыхательной гимнастики, аутотренинг и т.п.

Требования, предъявляемые к уроку физкультуры

1. При организации и проведении уроков следует строго выполнять **Правила безопасности занятий** в спортивных залах, на открытых площадках, в бассейнах.

2. Каждый урок должен представлять собой **целостное, завершенное занятие**, содержание которого логически взаимосвязано с материалом предыдущих и последующих уроков.

3. На каждом уроке необходимо комплексно решать **триединую задачу обучения, воспитания и оздоровления учащихся**.

4. Влияние каждого урока на учащихся должно быть разносторонним как в плане физкультурного образования, так и в плане физического развития. Содержание урока и выбор методик организации занятий должны обеспечивать **максимальный оздоровительный эффект** при оптимальном уровне работоспособности учащихся на протяжении всего урока.

5. Учителю необходимо добиваться наибольшей целесообразности и эффективности использования всего времени урока, стремиться к **максимальной общей и оптимальной моторной плотности занятий**, умело использовать имеющуюся материальную базу для повышения активности учащихся, их заинтересованности в приобретении различных жизненно важных знаний, умений и навыков, для сохранения и улучшения своего здоровья.

6. Во время урока учитель может оценивать текущими отметками у учащихся наличие знаний программного материала, качество сформированных умений и навыков, уровень развития физических качеств, прилежание, домашние задания, а также проявление морально-волевых качеств. Все отметки выставляются по 10-бальной шкале в соответствии с действующими нормативными документами Министерства образования и **обязательным учетом индивидуальных возрастно-половых особенностей учащихся и конкретного этапа обучения**.

7. При планировании содержания урока (разработке плана-конспекта) следует останавливаться в первую очередь на тех методах организации занятий. Которые повышают двигательную и интеллектуальную активность учащихся, способствуют воспитанию самостоятельности и проявлению творчества в достижении намеченной цели.

Методы объективизации оценки работы учителя физической культуры

Давая ту или иную оценку деятельности учителя физкультуры, администрация учреждения образования опирается в первую очередь на собственный педагогический опыт и общие требования, предъявляемые к организации учебно-воспитательного процесса. При этом оценка носит максимальный субъективный характер и зачастую служит причиной возникающих конфликтных ситуаций между учителем и администрацией. Вместе с тем в физическом воспитании существуют методы, используя которые можно значительно объективизировать указанную оценку.

Рассмотрим два наиболее доступных, не требующих специального оборудования и лабораторных условий метода, используя которые можно получить объективную информацию об эффективности деятельности учителя на уроке физкультуры, а также о реакции детского организма на выполненную физическую нагрузку – **хронометраж учебных занятий и пульсометрия**.

ХРОНОМЕТРАЖ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ.

Метод хронометража позволяет определить **общую и моторную плотность урока** (физкультурного занятия). Для использования метода хронометража необходимо иметь секундомер, позволяющий суммировать время. В настоящее время практически все электронные секундомеры обладают указанной функцией.

Общая плотность урока (ОПУ) характеризует величину полезно затраченного времени учителем во время урока выраженную в процентах:

$$\text{ОПУ} = \text{ПЗВ(учителем)} : \text{ВУ} \times 100\%$$

ПЗВ – полезно затраченное время учителем на уроке;

ВУ - время урока в минутах (35 - 45 минут).

Методика определения величины ОПУ заключается в наблюдении за действиями учителя во время урока (физкультурного занятия) и фиксировании времени его работы (полезно затраченное время) и каких-либо вынужденных отвлечений от урока или «простоев» (не полезно затраченное время урока). При этом учитель заранее не предупреждается о том, что за ним будет вестись наблюдение.

К действиям учителя, которые характеризуют *полезно затраченное время на уроке*, можно отнести рассказ и объяснение нового учебного материала, показ или демонстрация (возможно использование видеотехники, а также плакатов, диаграмм и т.п.) упражнения или комплекса упражнений, оказание помощи учащимся при выполнении упражнений, осуществление страховки, оценивание действий учащихся и т.п. Обращаем внимание на то, что **наблюдение**, как педагогический метод, тоже относится к категории полезно затраченного времени. Например, весь класс одновременно играет в какую-либо игру. В качестве судей в игре выступают временно освобожденные от занятий учащиеся, а учитель стоит и наблюдает за игрой. Данное действие учителя относится к полезно затраченному времени на уроке. Сюда же мы относим и выставление отметок в классный журнал и дневники учащихся, заполнение классного журнала.

К действиям учителя, характеризующим *не полезно затраченное время на уроке*, можно отнести несвоевременное начало и окончание урока (время от звонка до начала урока учителем, а также от окончания урока учителем до звонка с урока), различные отвлечения во время урока (например, учитель оставил класс и ушел за забытым спортивным инвентарем, или кто-нибудь из педагогов, администрации отвлек учителя от хода урока и т.п.).

Критерием оценки величины ОПУ выступает цифра, полученная после расчетов по указанной формуле. При этом считается, чем ближе она к 100%, тем эффективнее учитель использует время урока. Например, после проведенных расчетов получена цифра ОПУ = 92,5%. Это говорит о том, что при длительности урока 45 минут учитель «не работал» почти 3,5 минуты. В данном случае проверяющий обязан указать на этот факт учителю, уточнить с ним причины потери времени и указать ему на пути исправления отмеченных недостатков.

Моторная (двигательная) плотность урока представляет собой суммарное время двигательной активности одного конкретного ученика в течение всего времени урока выраженное в процентах. Моторная плотность урока определяется по формуле:

$$\text{МПУ} = \text{ВДА(ученика)} : \text{ВУ} \times 100\%$$

ВДА – суммарное время двигательной активности ученика;

ВУ – время урока в минутах (35 – 45 минут).

Методика определения величины МПУ заключается в том, что до начала урока из состава класса выбирается любой ученик (ученица), за которым ведется наблюдение в течение всего урока. Выбранный ученик, а также учитель, не должны знать, что именно за ним ведется наблюдение. Наблюдатель держит в руке секундомер и включает его в момент начала любых двигательных действий ученика (строевые упражнения, ходьба, бег, общеразвивающие и специальные упражнения, игры, аутотренинг и т.д.). По окончании выполнения упражнения или задания учителя секундомер выключается на время отдыха ученика до начала следующего упражнения или задания. Таким образом, секундомер суммирует время двигательной активности ученика и не учитывает время отдыха, ожидания очереди выполнения упражнения, слушания объяснений учителя и т.д.

При анализе урока следует принимать во внимание, что на величину МПУ влияют многие факторы, например, возраст учащихся, их количество в классе, количество мальчиков и девочек, уровень двигательной и физической подготовленности учеников, место проведения занятий, сложность поставленных задач, наличие и эффективность использования спортивного инвентаря и т.п. Вместе с тем, на величину МПУ больше всего оказывает тип урока. Естественно, что на уроках ознакомления с новым материалом и его разучивания МПУ будет невысокой, например, 20%-25%. Однако данная цифра не может служить критерием плохой работы учителя. С другой стороны, если на уроке совершенствования изученного материала не продумана методика организации занятий и ученики тратят много времени в ожидании возможности выполнить упражнение, то МПУ величиной 20%-25% должна быть одним из основных критериев низкой методической грамотности учителя.

Критерии оценки величины МПУ изложены в таблице.

Примерные величины моторной плотности урока физической культуры.

№	ТИП УРОКА	МПУ
1	Вводный урок	10% - 40%
2	Урок ознакомления с новым материалом	20% - 40%
3	Урок разучивания нового материала	30% - 50%
4	Урок закрепления и совершенствования учебного материала	50% - 80%
5	Контрольный урок	40% - 50%
6	Комбинированный урок	40% - 60%
7	Сюжетные уроки (сказка, путешествие, соревнование...)	30% - 60%
8	Урок – круговая тренировка	50% - 80%

ПУЛЬСОМЕТРИЯ

Пульсометрия – метод, позволяющий определить адекватность реакции организма учащихся на величину выполненной физической нагрузки. Суть метода заключается в подсчете и анализе частоты сердечных сокращений (ЧСС) у учащихся в различные периоды урока или физкультурных занятий.

Методика применения метода пульсометрии. До начала урока необходимо определить на выбор одного ученика (мальчика или девочку) из класса, за которым будет вестись наблюдение. При этом желательно узнать у ученика, к какой медицинской группе он отнесен (для контроля выбирается только основная медицинская группа), был ли он на предыдущих уроках физкультуры, нет ли у него на сегодняшний день каких-либо противопоказаний для физкультурных занятий и т.п. Затем **в состоянии покоя**, например, сидя на гимнастической скамейке, проводим подсчет ЧСС за 1 минуту. Данная величина, например, 78 уд/мин., является исходным показателем для сравнения со всеми последующими замерами величины ЧСС. (Все последующие замеры ЧСС проводим только в положении сидя).

Затем, с учетом плана урока, проводим замеры ЧСС в подготовительной, основной и заключительной частях урока:

- ❖ до начала выполнения упражнений;
- ❖ сразу после выполненных упражнений;
- ❖ во время отдыха после выполненных упражнений;
- ❖ во время прослушивания учащимися объяснений учителя;

Последние три замера ЧСС проводим на последних минутах урока, когда учитель уже дал команду об окончании урока, а также через 3 и 5 минут после звонка с урока.

Анализируя полученные показатели, необходимо помнить, что величина ЧСС в подготовительной части урока должна постепенно повышаться и может превысить исходную (в данном случае 78 уд/мин) на 50% - 70%.

В основной части урока, в зависимости от раздела программы (т.е. вида спорта), задач урока, выбранных методов организации занятий и т.п. величина ЧСС может превышать исходную на 100% - 130%.

В заключительной части урока величина ЧСС должна постепенно снижаться и может достичь исходной величины. **Физиологической нормой считаются такие показатели, когда величина ЧСС на последней минуте урока не превышает исходную более чем на 15% - 20%, а на 5-ой минуте после урока она приближается к исходной.** Превышение указанных показателей может говорить о том, что:

- ❖ учитель не выполнил комплекс восстановительных упражнений в конце урока, или не достиг необходимого эффекта восстановления при выполнении данного комплекса;
- ❖ предложенная учителем физическая нагрузка превышала возможности детского организма, т.е. учитель не учитывал реальный уровень физической подготовленности учащихся;
- ❖ учитель игнорирует индивидуальные возрастно-половые особенности развития детского организма, что говорит о низком уровне его профессиональной подготовки и др.

При анализе просмотренного урока желательно определить истинные причины превышения показателей ЧСС и предложить учителю пути их исправления.

ВНЕШНИЕ ПРИЗНАКИ УТОМЛЕНИЯ (по С.А. Косилову)

Наблюдаемое состояние	Утомление			
	отсутствие	незначительное	значительное	сильное
окраска кожи лица	естественная	незначительное покраснение	значительное покраснение	бледность, синюшность
потливость	отсутствует	незначительная (влажный лоб)	значительная (выше пояса)	особо резкая (ниже пояса), выступление солей
дыхание	ровное (20-25 вдохов в мин.)	учащенное (30 и более вдохов в мин.)	учащенное, периодически ротовое	значительно учащенное, поверхностное, ротовое, бес-порядочное (одышка)
самочувствие	отличное	Хорошее	жалобы на усталость	жалобы на сильную уста-лость, голов-ную боль, сла-бость
движения	уверенные и точные	достаточно уверенные	неуверенные, нарушения ритма	замедленные, частые перерывы, суетливые
внимание	сосредоточенное	редкие отвлечения	рассеянное (в т.ч. к указаниям учителя)	ослабленное, замедленные реакции на ука-зания учителя, неточное их выполнение
интерес	живой	внимательный, есть вопросы	слабый, отсутствие вопросов	полное отсут-ствие интереса, апатия

ХАРАКТЕРИСТИКА МЕТОДОВ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ

В целях обеспечения высокой эффективности урока физической культуры большое значение приобретает выбор методов организации двигательной деятельности учащихся. Рассмотрим некоторые из них.

- **Фронтальный метод** – предусматривает одновременное выполнение одного и того же упражнения (задания) всеми учащимися класса (группы). Например, выполнение комплекса ритмической гимнастики и т.п. Как правило, фронтальный метод применяется при выполнении несложных упражнений или комплексов, при котором учитель ведет наблюдение за всем классом (группой).
- **Групповой метод** – заключается в делении класса (группы) на подгруппы или отделения, при котором каждая подгруппа выполняет отличное от других задание. Данный метод позволяет обеспечить более дифференцированный подход к учащимся в процессе урока и используется в тех случаях, когда учителю необходимо уделить больше внимания какой-либо группе учащихся, например, отстающим или наиболее подготовленным, а также на этапе контроля при обучении новым упражнениям или комплексам.
- **Поточный метод** предполагает выполнение одного и того же задания всеми учащимися по очереди друг за другом и позволяет осуществлять коррекцию и индивидуальный контроль техники выполнения упражнений. Например, прыжки в длину с разбега.
- **Метод индивидуальных заданий** предусматривает самостоятельную двигательную активность учащихся, а также самостоятельное выполнение упражнений, предложенных учителем. Данный метод позволяет осуществить максимальный дифференцированный подход к учащимся путем тщательного подбора самих упражнений и определения индивидуально допустимой (оптимальной) нагрузки.
- **Метод дополнительных упражнений** заключается в том, что в промежутке отдыха между выполнением основных упражнений учащиеся выполняют дополнительные, предложенные учителем упражнения, способствующие более полному восстановлению, т.е. активному отдыху организма, а также содействующие формированию двигательных умений, навыков, развитию физических качеств. Например, в промежутке между выполнением комплекса упражнений на брусьях учащиеся выполняют глубокие наклоны вперед из исходного положения сидя на полу.
- **Метод станционных занятий** предполагает деление класса на несколько подгрупп по 3-5 человек. Каждая подгруппа выполняет отдельное задание в установленном учителем месте занятий (станции). Когда задание выполнено всеми учащимися, подгруппы меняются местами в установленной последовательности. И так до тех пор, пока не пройдут все места занятий. Например, первая станция – передачи б/б мяча в парах друг другу, вторая станция – опорные прыжки через коня, третья станция – вращение гимнастического обруча на поясе и т.д.
- **Круговой метод занятий** напоминает метод станционных занятий, но отличается от него тем, что каждый ученик повторяет заданное для каждой станции упражнение возможно большее количество раз или же заданное количество повторений выполняет как можно быстрее. Например, первая станция - сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, вторая станция – приседания с отягощениями, третья станция – прыжки через короткую скакалку и т.д.

Примерная 10-балльная таблица оценки состояния учебно-спортивной базы учреждения образования и учебно-методической документации учителя физкультуры.

№	Наименование	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Состояние закрытых физкультурно-оздоровительных сооружений (помещений)											
	Спортивные залы (игровые, специализированные).										
	Плавательные бассейны										
	Кабинет учителей физической культуры										
Состояние открытых физкультурно-оздоровительных сооружений.											
	Площадки спортивные (баскетбольные, волейбольные, гандбольные, футбольные, начальных классов).										
	Спортивное ядро:										
	Беговые дорожки (круговые и прямые).										
	Ямы для прыжков в длину с разбега										
	Секторы для метаний мяча и гранаты										
	Гимнастический городок										
	Спортивный инвентарь и оборудование										
	Лыжная база										
	Помещение для хранения оборудования и инвентаря										
Документация учителя физической культуры.											
	Годовой план график распределения учебного материала (сетка часов)										
	Поурочное планирование										
	Планы - конспекты уроков										
	Положение о круглогодичной спартакиаде учреждения образования										
	Годовой календарный план спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий учреждения образования										
	Журнал учёта внеклассной работы										
	Журнал учёта кружковой работы										
	Журнал учёта секционной работы										
Учётно-отчётная документация по организации и проведению спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий (протоколы, таблицы, отчёты).											
	Смотр уровня физической подготовленности учащихся "Олимпийские надежды Беларуси".										
	Легкоатлетическое многоборье										
	Легкоатлетический кросс, другие виды лёгкой атлетики										
	Волейбол, баскетбол, фут-бол, гандбол, настольный теннис, туризм (виды по выбору, которые культивируются в учреждении образования).										
Учётно-отчётная документация по организации учебно-воспитательной работы с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья.											
	Приказ об организации и проведении углубленного медицинского осмотра										
	Приказ об итогах углубленного медицинского осмотра										
	Приказ о комплектовании и организации занятий СМГ										
	Медицинские листки в классных журналах										

Итоговый средний балл: _____

Примечания: указанную таблицу рекомендуется использовать при оценке готовности учреждения образования к новому учебному году, а также при контроле работы учителей физкультуры в течение учебного года.

ЦИКЛОГРАММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДИРЕКТОРА, ЗАМЕСТИТЕЛЯ ДИРЕКТОРА ПО УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

АВГУСТ

- ❖ Изучение содержания инструктивного письма по физической культуре Министерства образования Республики Беларусь к новому учебному году;
- ❖ Подписание Акта-разрешения на проведение занятий по физической культуре и спорту на спортивном комплексе и в спортивных залах учреждения образования;
- ❖ Подписание актов приемочных испытаний спортивного оборудования;
- ❖ Анализ и утверждение документов планирования учителей физкультуры:
 1. Годовой план-график распределения учебного материала (один для всех учителей);
 2. Поурочные годовой или четвертные планы распределения учебного материала (представляет каждый учитель физкультуры в соответствии с планируемой нагрузкой на учебный год).

СЕНТЯБРЬ

- ❖ анализ и утверждение представленных каждым учителем физкультуры планов внеклассной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы на учебный год (из расчета не более 36 часов ежемесячно);
- ❖ издание приказов:
 1. об организации и проведении внеклассной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы на учебный год (с обязательным включением пункта об утверждении Положения о внутришкольной круглогодичной спартакиаде);
 2. об организации занятий специальных медицинских групп;
 3. об организации обучения плаванию учащихся начальных классов (при наличии возможности);
 4. о проведении туристских экскурсий и походов (при условии их проведения);
 5. о поощрении учащихся и учителей по итогам общешкольных соревнований и участия в районных и городских соревнованиях.
- ❖ посещение с целью оказания методической помощи учителям физкультуры:
 1. уроков физической культуры;
 2. внеклассных физкультурно-оздоровительных мероприятий;
 3. занятий спортивных секций и физкультурных кружков;
 4. занятий специальных медицинских групп.

ОКТАБРЬ

- ❖ посещение внеклассных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- ❖ контроль учета успеваемости учащихся (своевременность заполнения классного журнала, объективность выставления текущих отметок);
- ❖ контроль наличия индивидуальных карточек допризывников (прикладной физкультурно-спортивный комплекс «Защитник Отечества»);
- ❖ анализ уровня физической подготовленности учащихся по всем классам (возможно вынесение на обсуждение педсовета);
- ❖ согласование планов работы каждого учителя физкультуры на осенние каникулы.

НОЯБРЬ

- ❖ издание приказов:
 1. о проведении углубленного медицинского осмотра учащихся (может быть издан и в другое время);
 2. об изменениях в составах спецгрупп по итогам проведенного медосмотра;
 3. об итогах спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы во время осенних каникул;
- ❖ посещение внеклассных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- ❖ совместно с медработником школы посещение занятий специальных медицинских групп.

ДЕКАБРЬ

- ❖ контроль выполнения учебных программ по физической культуре за первое полугодие;
- ❖ согласование планов работы каждого учителя физкультуры на зимние каникулы;
- ❖ анализ состояния физкультурно-спортивной базы и ее готовность ко второму полугодю учебного года (может быть вынесен на обсуждение педсовета);
- ❖ посещение внеклассных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

ЯНВАРЬ

- ❖ подготовка статистической информации по физической культуре в соответствии с требованиями Госстатистики;
- ❖ посещение внеклассных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- ❖ издание приказа об итогах спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы во время зимних каникул;
- ❖ уточнение расписания занятий спортивных секций и физкультурных кружков на второе полугодие учебного года.

ФЕВРАЛЬ

- ❖ посещение внеклассных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- ❖ издание приказа об итогах внутришкольных и участия в районных (городских) соревнованиях и спортивных мероприятиях;
- ❖ контроль за организацией работы с детьми с ослабленным здоровьем (может быть вынесен на обсуждение педсовета).

МАРТ

- ❖ контроль эффективности проведения физкультминуток и физкультпауз на общеобразовательных уроках (может быть вынесен на обсуждение педсовета);
- ❖ контроль соблюдения правил безопасности на уроках физкультуры (может быть вынесен на обсуждение педсовета);
- ❖ посещение внеклассных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- ❖ согласование планов работы каждого учителя физкультуры на весенние каникулы.

АПРЕЛЬ

- ❖ контроль соблюдения санитарно-гигиенических норм и правил во время проведения уроков физкультуры, внеурочных и внеклассных физкультурно-оздоровительных мероприятий (может быть вынесен на обсуждение педсовета);
- ❖ посещение внеклассных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;

МАЙ

- ❖ итоговый отчет учителей физкультуры с анализом выполнения требований учебных программ по физической культуре, в т.ч. и ведения учета успеваемости учащихся (заполнение классного журнала);
- ❖ анализ итогов проведения внеклассной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы в течение учебного года;
- ❖ издание приказа по итогам круглогодичной внутришкольной спартакиады учащихся (с обязательным подведением итогов смотра уровня физической подготовленности учащихся «Олимпийские надежды Беларуси»);
- ❖ согласование планов работы учителей физкультуры в летний период, не совпадающий с очередным отпуском.

ИЮНЬ

- ❖ анализ предложений учителей физкультуры по составлению расписания уроков на следующий учебный год;
- ❖ организация физкультурно-оздоровительной работы с учащимися в школьном лагере с дневным пребыванием;
- ❖ оказание помощи в ремонте и реконструкции спортивных залов, площадок, стадиона, гимнастического городка, оборудования и инвентаря. Приобретение недостающего спортивного оборудования и инвентаря в соответствии с действующими Типовыми перечнями физкультурного и спортивного инвентаря и оборудования для учреждений образования Республики Беларусь.

Требования к организации учебно-воспитательного процесса в учреждениях образования.

(примерные памятки)

ТРЕБОВАНИЯ К АДМИНИСТРАЦИИ

- Какие вопросы за последние два года выносились на обсуждение педагогического совета или решались на совещании при директоре? Принятые решения, их реализация и итоги выполнения?
- Кто из администрации курирует физическое воспитание? Как часто посещаются занятия? Цели и задачи посещений? Выводы и выполнение рекомендаций по итогам посещённых занятий? Где, для чего и как использовались выводы о качестве работы учителей? График внутришкольного контроля?
- Когда и кем последний раз проверялось состояние физического воспитания в учреждении образования? Оценка, замечания и предложения? Результаты устранения отмеченных недостатков.
- Что конкретно (!) сделала администрация для улучшения качества работы учителей? В чём конкретно (!) оказана помощь учителям по созданию условий для выполнения требований действующих учебных программ и нормативных документов?
- Наличие у администрации (в учреждении образования):
 - ✓ Акта-разрешения на проведение занятий по физкультуре и спорту на спорткомплексе и в спортивных залах учебного заведения.
 - ✓ Актов приёмочных испытаний спортивного оборудования.
 - ✓ Инструктивного письма Министерства образования к началу учебного года ("Настаўніцкая газета").
 - ✓ Приказов или распоряжений по учреждению образования:
 - о проведении и результатах углубленного медосмотра учащихся;
 - о комплектовании и организации занятий спецмедгрупп;
 - о проведении общешкольных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий;
 - о поощрении учителей и учащихся по итогам соревнований;
 - о внеклассной физкультурно-оздоровительной работе.
- **Контроль за учётом успеваемости учащихся:**
 - ✓ Систематичность и регулярность проверки классных журналов.
 - ✓ Правильность и своевременность заполнения классных журналов.
 - ✓ Выставление текущих отметок, их накопляемость, объективность выставления итоговых отметок.
 - ✓ Учёт уровня физической подготовленности учащихся, где обсуждался и как он используется.
 - ✓ Учёт работы спецмедгрупп.
- **Расписание уроков физкультуры:**
 - ✓ Количество уроков физкультуры в неделю, проводимых во всех классах.
 - ✓ Есть ли замена уроков физкультуры другими учебными предметами?
 - ✓ Есть ли в недельном расписании сдвоенные уроки (например - два урока подряд в одном классе или три урока подряд в три дня).
- **Санитарно-гигиеническое состояние спортивных залов, раздевалок, наличие и выполнение графика уборки.**

ТРЕБОВАНИЯ К УЧИТЕЛЯМ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ:

- По каким программам проводятся уроки физкультуры.
- Наличие документов планирования учебного материала (годовое или четвертное поурочное планирование, планы или планы-конспекты уроков).
- Соответствие записей в классном журнале в графе "Что пройдено на уроке" поурочному планированию и задачам планов-конспектов уроков.

Анализ просмотренных уроков:

- ✓ Время, место проведения, количество учащихся по списку и занимающихся, спортивный инвентарь и его состояние, санитарно-гигиенические условия мест занятий.
- ✓ Тип, структура и задачи урока, взаимосвязь с предыдущими уроками, соответствие структуры урока намеченному типу, целесообразность избранного типа урока с точки зрения этапа обучения, общая и моторная плотность занятий и их соответствие типу урока.
- ✓ Содержание урока, подбор подготовительных и подводящих упражнений, их соответствие задачам урока, возрасту, полу, уровню подготовленности учащихся.

✓ Методы обучения, воспитания и оздоровления учащихся. Их соответствие содержанию и типу урока, возрастно-половым особенностям и уровню физической и технической подготовленности учащихся.

✓ Деятельность учителя: готовность к уроку, умение владеть классом, повышать активность, интерес и внимание, индивидуализация физических нагрузок, использование визуальных признаков утомления, объективность и своевременность оценки деятельности учащихся, авторитет, внешний вид, культура речи, соблюдение спортивной терминологии.

✓ Деятельность учащихся: внимательность и заинтересованность, сознательность и активность, взаимоотношения с товарищами, эмоциональность, взаимопомощь, обращение с инвентарём и оборудованием, отношение к учителю и к уроку в целом.

✓ Результативность урока, достижение цели, полнота решения задач, выполнение плана урока, степень усвоения знаний и освоения умений и навыков, количество и качество выставленных отметок.

✓ Выводы и предложения: оценка урока в целом и по частям, качество выполнения воспитательных, образовательных и оздоровительных задач, положительные и отрицательные стороны урока, методические и дидактические просчёты и ошибки, предложения по устранению отмеченных недостатков.

ТРЕБОВАНИЯ К УЧИТЕЛЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ:

- Наличие и знание содержания действующих нормативных документов по физической культуре
- По каким учебным программам проводятся уроки физкультуры.
- Наличие документов планирования учебного материала (годовой план-график, годовое или четвертное поурочное планирование, планы или планы-конспекты уроков).
- Замечания по заполнению классного журнала, их исправление.
- Соответствие записей в классном журнале в графе "Что пройдено на уроке" поурочному планированию и задачам планов-конспектов уроков.
- Наличие общешкольного годового плана физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с охватом учащихся начальной, базовой и средней школы.
- Наличие утвержденных приказом по учреждению образования индивидуальных планов внеклассной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы с учащимися.
- Наличие Положения о круглогодичной внутришкольной спартакиаде, протоколов проведения соревнований по видам спорта и смотра уровня физической подготовленности учащихся «Олимпийские надежды Беларуси», сценариев физкультурных праздников и дней здоровья и т.д.
- Учёт спортивного оборудования и инвентаря, условия хранения, что и в каком количестве приобретено в предыдущем и текущем учебном году.
- Проведение консультаций для учителей начальных классов, классных руководителей, воспитателей групп продлённого дня по пропаганде здорового образа жизни и профилактике простудных заболеваний.
- Общие выводы и предложения по улучшению качества учебно-воспитательного процесса физического воспитания учащихся.

Анализ просмотренных уроков:

- Время, место проведения, количество учащихся по списку и занимающихся, логическая взаимосвязь данного урока с предыдущими и последующими (на основе анализа планов урока), спортинвентарь, его состояние и готовность к уроку, санитарно-гигиенические условия мест занятий, оснащённость урока наглядными пособиями и ТСО.
- Тип, структура и задачи урока, взаимосвязь с предыдущими уроками, соответствие структуры урока намеченному типу, целесообразность избранного типа урока с точки зрения этапа обучения, общая и моторная плотность занятий и их соответствие типу урока.
- Содержание урока, своевременность начала и окончания занятий, продолжительность и взаимосвязь подготовительной, основной и заключительной частей урока, эффективность решения задач в каждой части урока, подбор подготовительных и подводящих упражнений, их соответствие задачам урока, возрасту, полу, уровню подготовленности учащихся.
- Методы обучения, воспитания и оздоровления учащихся. Их соответствие содержанию и типу урока, возрастно-половым особенностям и уровню подготовленности учащихся, целесообразность и эффективность используемых методов.
- Деятельность учителя: готовность к уроку, умение владеть классом, повышать активность, интерес и внимание, индивидуализация физических нагрузок, использование визуальных признаков утомления, объективность и своевременность оценки деятельности учащихся, авторитет, внешний вид, культура речи, соблюдение спортивной терминологии, использование различных приёмов мотивации для более эффективного формирования жизненно важных умений и навыков.
- Деятельность учащихся: внимательность и заинтересованность, сознательность и активность, взаимоотношения с товарищами, эмоциональность, взаимопомощь, обращение с инвентарём и оборудованием, отношение к учителю и к уроку в целом.
- Общая и моторная плотность урока, их соответствие типу урока.
- Пульсометрия, анализ графика пульсометрии и его соответствие физиологическим нормам.
- Результативность урока, достижение цели, полнота решения задач, выполнение плана урока, степень усвоения знаний и освоения умений и навыков, количество и качество выставленных отметок.
- Выводы и предложения: оценка урока в целом и по частям, качество выполнения воспитательных, образовательных и оздоровительных задач, положительные и отрицательные стороны урока, методические и дидактические просчёты и ошибки, предложения по устранению отмеченных недостатков.

ВНЕКЛАССНАЯ ФИЗИКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА:

- Когда, какие и где проведены внеклассные физкультурно-оздоровительные мероприятия, охват учащихся, регулярность организации подобных мероприятий.
- Проводятся ли физкультминутки и физкультпаузы на общеобразовательных уроках? Организируются ли игры детей на переменах?
- Содержание спортивного часа в группах продлённого дня, его соответствие программному материалу.

- Работа учителя по пропаганде здорового образа жизни и профилактике простудных заболеваний.
- Наличие Положения о круглогодичной внутришкольной спартакиаде учащихся. Перечень видов спорта и охват учащихся.
- Участие сборной команды школы в районных, городских, областных, республиканских спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях. Виды спорта. Лучшие достижения.
- Наличие приказа по учреждению образования об итогах внутришкольной круглогодичной спартакиады за прошедший учебный год (в том числе итоги смотра уровня физической подготовленности учащихся «Олимпийские надежды Беларуси»).

**Примерный перечень вопросов
проверки работы районного, городского отдела (управления) образования по вопросам физического воспитания
учащихся**

1. Наличие в штате отдела (управления) образования специалиста, курирующего вопросы физического воспитания учащихся. Есть ли у него физкультурное образование?
2. Когда и какие вопросы о состоянии физического воспитания учащихся в течение последних двух лет рассматривались на совете отдела образования. Каковы конкретные результаты рассмотренных вопросов.
3. Формы и методы контроля за качеством и эффективностью уроков физкультуры, внеклассных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в учреждениях образования.
4. Имеются ли случаи замены уроков физкультуры на другие учебные предметы в учреждениях образования при утверждении учебных планов (в гимназиях, лицеях...).
5. Насколько организованно проводится углубленный медицинский осмотр учащихся? Когда и кто его проводит? Есть ли договор между отделом образования и отделом здравоохранения о проведении медосмотров?
6. Как решаются вопросы привлечения к физкультурным занятиям учащихся городских и сельских общеобразовательных учреждений образования, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе и группе ЛФК.
7. Повышение квалификации учителей физической культуры: регулярность, использование разнообразных форм, ведение учета.
8. Как решаются вопросы обеспечения учебных заведений физкультурным и спортивным оборудованием и инвентарём на основании Типовых перечней спортивного инвентаря и оборудования, утверждённых приказом Министерства образования от 05.01.1998г. № 1.
9. Имеется ли в штате отдела (управления) сотрудник, курирующий вопросы физического воспитания учащихся. Есть ли у него специальное физкультурное образование. Что кроме физкультуры ещё курирует этот сотрудник.
10. Опыт работы каких учителей физкультуры и в какой форме обобщён за последние два года. Как используются современные технологии и передовой опыт работы лучших учителей республики при проведении учебно-воспитательного процесса.
10. Как организована работа методического объединения учителей физкультуры. Актуальность и результативность вопросов, рассматриваемых их участниками.
11. Процентное соотношение начальных классов, в которых уроки физкультуры проводят учителя физкультуры и учителя начальных классов.
12. Какие методические мероприятия по вопросам физического воспитания учащихся проводятся для учителей начальных классов? Кто их проводит? Результативность этих мероприятий.
13. Наличие в отделе действующих приказов, распоряжений, инструктивных документов Министерства образования, анализ хода их выполнения, реальные результаты.

**П А М Я Т К А
проверяющему постановку учебно-воспитательного процесса по физической культуре в учреждении образования.**

Контроль организации и проведения учебно-воспитательного процесса по физической культуре в учреждении образования представляет собой всестороннее изучение и анализ учебно-воспитательного процесса физического воспитания учащихся в целях координирования всей работы в соответствии с осуществляемыми учреждением образования задачами. Основной смысл контроля заключается в том, чтобы на основе полученной информации определять уровень функционирования системы физического воспитания в общем учебно-воспитательном процессе, предупреждать различные отклонения, подсказывать и определять пути, средства и методы повышения эффективности не только урочной, но и внеурочной деятельности учащихся, учителей и администрации учреждения образования.

При посещении учреждений образования с целью контроля и оказания методической помощи проверяющий обязан:

- Представиться руководителю учреждения образования, а в случае его отсутствия – заместителю по учебно-воспитательной работе или дежурному педагогу;
- Проинформировать о цели своего визита, о сроках (времени) своего пребывания в учреждении образования, о методах и средствах педагогического контроля, которые предполагается использовать;
- Рассказать, где, когда и в каком виде будет использована полученная в ходе проверки информация;
- Согласовать график работы, определить классы и уроки для посещения;
- Определить представителя администрации учреждения образования, с которым проверяющий будет посещать уроки и в присутствии которого будет осуществляться проверка учебно-воспитательного процесса по физической культуре;
- Начинать проверку с требований, предъявляемых к администрации учреждения образования (стр. 47 – 48), затем – к учителям начальных классов (стр. 48 – 49) и лишь потом – к учителям физической культуры (стр. 49 – 51);
- При осуществлении проверки пользоваться только действующими правовыми и нормативными документами Министерства образования, Министерства спорта и туризма, других министерств и ведомств;
- Использовать информацию не только текущего, но и предыдущего учебного года, а при необходимости – и двух трехлетней давности;
- Акцентировать свое внимание не столько на методах, сколько на итогах и результатах работы учреждения образования;
- Итоги проверки устно доложить руководителю учреждения образования или его заместителю в день окончания проверки;

- До посещения уроков физкультуры: а) рассказать учителям, где, когда и в каком виде будет использована полученная в ходе проверки информация; б) уточнить, по каким программам работают учителя, какими нормативными документами пользуются в своей работе; в) согласовать с учителями методы контроля и критерии оценки их деятельности; г) при необходимости решить вопрос о предоставлении проверяющему части урока для общения с учащимися;
- Во время уроков не вмешиваться в ход их проведения за исключением возможных травмоопасных ситуаций;
- Анализ просмотренных уроков проводить в день их посещения;
- При анализе уроков акцентировать внимание на сильных сторонах работы учителя и учащихся, а при указаниях на недостатки и слабые стороны сразу предлагать наиболее эффективные пути и способы их устранения;
- Справку о проверке, содержащую в себе не только анализ полученной информации, но и методы и сроки устранения отмеченных недостатков, представить в учреждение образования не позднее трех дней по окончании проверки.

Характеристика физкультурно-спортивных сооружений и требования к их содержанию.

Закрытые физкультурно-оздоровительные сооружения (помещения)*.

Физкультурно-оздоровительное сооружение (помещение), это сооружение (помещение), размеры которого соответствуют требованиям нормативных документов (ВСН-46-86, СНИП, СНБ и др.) к физкультурно-оздоровительным объектам.

Общие требования, предъявляемые к закрытым физкультурно-оздоровительным и спортивным сооружениям учреждений образования.

Не допускается проведение физкультурных занятий при отсутствии в учреждении образования акта-разрешения. Запрещается проводить занятия на неисправном оборудовании, а также использование инвентаря с дефектами и не соответствующего возрастным особенностям учащихся; при отсутствии спортивной одежды и обуви; без присутствия учителя физической культуры или педагога, проводящего занятия по физической культуре, на уроках и внеучебных занятиях.

2. - *Наименования спортивных сооружений приводятся в соответствии с Классификацией физкультурно-спортивных сооружений, утверждённой приказом Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 04.12.1997г. № 1546.*

- Акт-разрешение на проведение занятий по физической культуре на спортивном комплексе и в спортивных залах учреждения образования ежегодно оформляется комиссией, в состав которой входят представитель районного (городского) исполкома, отдела образования, центра гигиены и эпидемиологии, инспекции пожарной безопасности, администрации учреждения образования, а также материально ответственный учитель физической культуры.
- Акт-разрешение оформляется по установленной форме при наличии актов приёмочных испытаний оборудования и записи в журнале регистрации результатов испытаний и контроля за надёжностью установки спортивного оборудования и тренажёров.

АКТ – РАЗРЕШЕНИЕ

на проведение занятий по физической культуре и спорту

на спортивном комплексе и в спортивных залах учреждения образования.

Мы, нижеподписавшиеся, представители районного (городского) исполкома, районного (городского) отдела образования, районного центра гигиены и эпидемиологии, районной инспекции пожарной безопасности, представитель администрации учреждения образования, учитель физической культуры составили настоящий акт о том, что:

1. В спортивном комплексе учреждения образования, куда могут входить: стадион, спортплощадки, специализированные городки, спортзал или приспособленные спортивные помещения (перечислить) организованы места занятий, которые соответствуют нормам по охране труда, правилам безопасности, санитарным правилам и нормам, а также возрастным особенностям занимающимся.

2. Административно-педагогический персонал учреждения образования с Правилами безопасности занятий по физической культуре и спорту в учебных заведениях Республики Беларусь (общеобразовательные школы, гимназии, лицеи, колледжи, ПТУ, ССУЗ) при проведении учебно-воспитательной и тренировочной работы по физической культуре с учащимися учреждения образования ознакомлен.

Председатель комиссии:	_____ (подпись)
Члены комиссии:	_____ (подпись)
	_____ (подпись)
	_____ (подпись)
	_____ (подпись)

«__» _____ 200__ г.

А К Т

приёмочных испытаний _____

(наименование снаряда)

« ____ » _____ года приёмная комиссия в составе: директора учреждения образования _____

(фамилия, имя, отчество)

инженера по охране труда _____
(фамилия, имя, отчество)

учителя физической культуры _____
(фамилия, имя, отчество)

провела приёмочные испытания _____
(наименование снаряда)

и установила, что надёжность установки, качество лакокрасочных покрытий, габаритные размеры и внешний вид соответствуют техническим условиям.

Сроки повторных испытаний - до « ____ » _____ 200__ года.

Председатель комиссии _____
(подпись) (Ф. И. О.)

Члены комиссии _____
(подпись) (Ф. И. О.)

_____ (подпись) (Ф. И. О.)

ЖУРНАЛ

регистрации результатов испытаний и контроля за надёжностью установки спортивного оборудования и тренажёров в

(наименование учреждения образования)

П№	Наименование снаряда	Даты испытания и контроля	Заключение комиссии	Ф. И. О. Членов комиссии	Подписи
1					
2					
3					

Спортивный зал.

Крытое спортивное сооружение длиной не менее 18 м, шириной не менее 9 м и высотой не менее 5 м (при меньших размерах употребляется наименование «помещение спортивного назначения»), оборудованное для определённого вида занятий (специализированный) или универсального назначения. Сооружение встроено в здание спортивного или другого назначения. Возможно устройство мест для зрителей.

Устройство спортивных залов должно соответствовать действующим «Санитарным правилам содержания мест занятий по физической культуре и спорту», СниП «Общественные здания и сооружения» с учётом возрастных особенностей детей и требований учебно-воспитательного процесса.

Для контроля готовности физкультурно-оздоровительного сооружения (помещения) к учебному году используются следующие требования:

➤ **Требования к состоянию пола.** Полы спортивных залов должны быть упругими и без щелей, иметь ровную, горизонтальную, нескользкую и окрашенную поверхность. Они не должны деформироваться от мытья и к началу занятий обязательно быть сухими и чистыми. Полезная нагрузка на полы спортивных залов должна быть не более 400 кг/м². Допускается в полу спортивного зала в соответствии с нормативной документацией оборудовать места приземления после прыжков и соскоков. Разметка игровых площадок в спортивном зале должна отличаться по цвету, быть яркой и хорошо видимой.

➤ **Требования к состоянию потолка.** Окраска потолков должна быть устойчивой к ударам мяча и не осыпаться. В зданиях учреждений образования перекрытия над спортивным залом должны быть трудно сгораемыми с пределом огнестойкости не менее 0,75ч. Не допускается создавать утепление перекрытий спортивного зала торфом, древесными опилками и другими легковоспламеняющимися материалами. Чердачные помещения спортивного зала должны содержаться в чистоте и запираются на замок. Ключи от чердачных помещений должны храниться в определённом месте, доступном для получения их в любое время суток. В чердачных помещениях запрещается устраивать склады спортивного инвентаря и учебного оборудования.

➤ **Требования к состоянию стен.** Стены спортивных залов должны быть ровными, гладкими, окрашенными в светлые тона на всю высоту панелей красками, позволяющими легко производить влажную уборку помещения. Окраска стен должна быть устойчивой к ударам мяча, не осыпаться и не пачкаться при их касании. Стены спортивного зала на высоту 1,8м не должны иметь выступов, а те из них, которые обусловлены конструкцией, включающие в себя различные многокомплектные снаряды, приспособления или тренажёры должны убираться, чтобы не создавать травмоопасных выступов. Там, где есть возможность, желательно иметь закрывающиеся ниши для хранения различного мелкого и среднего раздаточного инвентаря. Приборы отопления должны быть закрыты сетками или щитами и не должны выступать за разметку спортивного зала.

➤ **Требования к состоянию окон и дверей.** Проём, связывающий спортивный зал с инвентарной, должен быть шириной и высотой не менее двух метров и не иметь выступающего порога. Оконные проёмы спортивного зала должны располагаться по продольным стенам. Остекление окон должно иметь защитное ограждение от ударов мяча, а также

устройство для открытия фрагм с целью проветривания спортивного зала. Расстояние до дверей, ведущих к эвакуационному выходу от самой дальней точки в спортзале не должно превышать 27м. Двери, предназначенные для эвакуации, должны открываться в сторону выхода из помещения. В спортивном зале должно быть не менее двух дверей. Двери эвакуационных выходов в спортивных залах допускается запирать только изнутри, с помощью легко открывающихся запоров, задвижек или крючков. Категорически запрещается забивать наглухо или загромождать двери запасных выходов из спортивного зала.

➤ **Требования к освещению.** Источники искусственного освещения спортивного зала (оптимальными являются люминесцентные лампы, имеющие цветовую температуру 3500⁰ К) должны обеспечивать достаточное освещение (Приложение 2).

Основные помещения зданий учреждений образования должны иметь естественное и искусственное освещение. Допускается верхнее (или верхнее и боковое) естественное освещение для рекреаций, холлов, залов спортивных, ритмики; освещение вторым светом проходных коридоров, не являющихся рекреационными, раздевальных в спортивных залах и бассейнах, залах ритмики; не предусматривать естественное освещение в снарядных, душевых и туалетных при спортивных залах, тирах, помещениях для хранения лыж. При люминесцентном освещении применяются лампы типа ЛБ, ЛЕ и другие по согласованию с территориальными органами госнадзора, либо светильники с лампами накаливания полностью отражающего или преимущественно отражённого светораспределения, при этом применение светильников с защитными углами менее 30⁰ не допускается. Не допускается применение открытых (незащищённых) люминесцентных ламп. Светильники с люминесцентными лампами укомплектовываются пускорегулирующими аппаратами с пониженным уровнем шума.

Расстояние между рядами светильников и внутренней (наружной) стеной должно быть 1,5м; между двумя рядами светильников – 2м. Электросветильники должны очищаться по мере загрязнения, но не реже одного раза в три месяца. **Запрещается** привлекать учащихся к очистке осветительной арматуры. Управление освещением должно обеспечивать возможность частичного отключения осветительной установки. Для этой цели электрическая сеть, снабжающая спортивный зал, должна быть оборудована рубильниками или двухполюсными выключателями. Рубильники должны устанавливаться у входа или вне помещения – в коридоре, на лестничной площадке и др. Для механизированной уборки в спортивном зале должно предусматриваться не менее двух штепсельных розеток в двух противоположных углах зала. На всех штепсельных розетках должны быть установлены предохранительные заглушки. В крытых спортсооружениях должно быть оборудовано аварийное освещение, обеспечивающее освещённость не менее 0,5лк на полу по линии основных проходов и ступеней лестниц. При этом сеть аварийного освещения должна быть либо раздельной, либо с автоматическим переключением при аварийной ситуации на источники питания аварийного освещения.

➤ **Требования к вентиляции и температурному режиму.** Вентиляция крытых спортивных сооружений должна осуществляться сквозным способом проветривания зала через окна и фрагмы, а также с помощью специальных вентиляционных приточно-вытяжных устройств. При этом они должны быть исправны, подвергаться планово-предупредительному ремонту, периодическому техническому и санитарно-гигиеническому испытанию. Температура воздуха в помещениях учреждений образования должна быть в спортивных залах +15 - +18⁰С; в раздевальных при спортивных залах +19 - +23⁰С; в душевых – не ниже +25⁰С. Кратность воздухообмена в спортивных залах должна быть 80м³/час на 1 чел.(приток, вытяжка). Уроки физической культуры следует проводить в хорошо аэрируемых залах путём открытия окон с подветренной стороны при температуре наружного воздуха выше +5⁰С и скорости движения наружного воздуха не более 2 м/сек или фрагм при более низкой температуре воздуха и большей скорости движения воздуха. Сквозное проветривание спортивного зала при температуре наружного воздуха ниже –10⁰С и скорости движения воздуха более 7м/сек, проводится в отсутствие учащихся.

➤ **Требования к раздевальным помещениям.** В раздевальных для девочек и мальчиков при спортивных залах необходимо предусматривать кроме душевых и туалетов, помещение с установкой 3-4 умывальников. Шкафы в раздевальных устанавливаются в один ярус. Ширина проходов между скамьями и шкафами должна быть не менее 1,0м. В проходах нельзя устанавливать зеркала, предметы оборудования, загромождать их инвентарём. Кратность обмена воздуха в раздевальных – 1,5м³/час.

➤ **Требования к душевым.** Душевые кабины должны быть оборудованы индивидуальными смесителями холодной и горячей воды с арматурой управления, расположенной у входа в кабину, деревянными решётками для пола, а также полочками для принадлежностей.

Размеры открытых душевых кабин в осях перегородок должны быть не менее 0,9х0,9м. Между фронтом душевых кабин и противоположной стеной должно быть расстояние не менее 1,3м, а между фронтом противоположных рядов душевых кабин – не менее 1,5м. Кратность обмена воздуха в душевых – 5,0м³/час.

Кабинет физической культуры.

Кабинет физической культуры – это подразделение учреждения образования, оснащённое в соответствии с установленными требованиями спортивным оборудованием, учебно-методической литературой, техническими средствами обучения, в котором проводятся учебные уроки, внеклассные занятия спортивных секций, групп ОФП, физкультурных кружков и специальных медицинских групп, факультативные занятия, спортивные соревнования и физкультурно-оздоровительные мероприятия с учащимися (*из приказа Министерства образования Республики Беларусь от 05.01.1998г. № 1 «Об утверждении типовых перечней физкультурного и спортивного инвентаря и оборудования для детских дошкольных учреждений, общеобразовательных школ, гимназий, лицеев, колледжей, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений Республики Беларусь»*).

В кабинете физической культуры хранится вся учебно-методическая и учетно-отчетная документация учителей физкультуры, а также технические средства обучения (аудиотехника, видеотехника и т.п.).

Открытые физкультурно-оздоровительные и спортивные сооружения учреждений образования.

Физкультурно-оздоровительное сооружение это сооружение, размеры которого соответствуют требованиям нормативных документов (ВСН-46-86, СНИП, СНБ и др.) к физкультурно-оздоровительным объектам.

Площадка спортивная.

Плоскостное сооружение для определённого вида игр и занятий; возможно устройство навесов. Ограждённую бортом площадку для игры в хоккей с шайбой называют хоккейной коробкой. При плоскостных сооружениях вне спортивного комплекса должны быть оборудованы раздевалки и душевые.

Физкультурно-спортивные площадки, предназначенные для спортивных игр, рекомендуется ориентировать продольными осями в направлении север-юг. Остальные площадки допускается ориентировать произвольно. Физкультурно-спортивную зону рекомендуется размещать со стороны спортивного зала. Не допускается её размещение со стороны окон учебных помещений.

Оборудование и покрытие физкультурно-спортивных площадок должно быть в соответствии с «Рекомендациями по оборудованию и благоустройству пришкольных участков», ЦНИИЭП учебных зданий, г. Москва, 1989 г. Физкультурно-спортивные и игровые площадки должны быть ограждены полосой зелёных насаждений или другим видом ограждения по периметру высотой 0,5 – 0,8м. Допускается в качестве ограждения использовать кустарник с неядовитыми и не колючими плодами.

С целью предупреждения травм различные неровности, выбоины на спортивных площадках следует систематически засыпать и выравнивать. Занятия на мокрых площадках запрещаются. Учащиеся должны быть обучены правильному пользованию спортивным инвентарём и оборудованием.

Для учащихся начальной школы должна быть выделена отдельная зона отдыха с площадками, предназначенными для подвижных игр.

Игровые площадки, располагающиеся у здания школы, следует засеивать невысокой, трудно вытаптываемой травой (смесь клевера, тимофеевки, райграса, лугового мятлика, подорожника и др.). Оборудование игровых, физкультурно-спортивных площадок должно соответствовать возрасту учащихся.

Конструкции оборудования и отдельных сооружений должны быть надёжно закреплены; изготавливаться из разрешённых Министерством здравоохранения материалов; не должны иметь острых углов и выступающих деталей; поверхность деревянных конструкций должна быть гладкой и хорошо отшлифованной. Спортивные площадки должны быть установленных размеров в соответствии с общепринятыми стандартами. Площадки нельзя ограждать канавками, устраивать деревянные или кирпичные бровки. Не менее чем на 2м вокруг площадки не должно быть деревьев, столбов, заборов и других предметов, могущих причинить травму. В вечернее время освещение территории открытых спортивных площадок учреждений образования обязательно и должно обеспечиваться исходя из нормы освещённости в 20-40лк на поверхности земли.

Спортивное ядро.

Футбольное (игровое) поле, окаймлённое беговой дорожкой. Нормального размера, если длина дорожки по линии измерения равна 400 м и радиус поворота 36 м.

Ямы для прыжков в длину с разбега. Прыжковые ямы должны быть заполнены взрыхлённым на глубину 20-40см песком. Песок должен быть просеян и не должен содержать посторонних предметов.

Секторы для метаний мяча и гранаты. Места, предназначенные для метаний гранаты и мяча, располагаются в хорошо просматриваемом месте, на значительном расстоянии от общественных мест (тротуаров, дорог, площадок и т.д.). Длина секторов для приземления снарядов должна быть не менее 60м. **Беговые дорожки (круговые и прямые).** Беговые дорожки должны быть специально оборудованы, не иметь бугров, ям, скользкого грунта, с продолжением не менее чем на 15м за финишную отметку.

Трассы для занятий и катания на лыжах.

Место проведения занятий по лыжной подготовке – профиль склонов, рельеф местности, дистанция и условия проведения должны тщательно выбираться и строго соответствовать возрастным особенностям и физической подготовленности занимающихся. Учебная площадка для начального обучения катанию на лыжах должна быть защищена от ветра. Иметь уклон не более 4°, а размеры её зависят от количества занимающихся, интервал между двигающимися лыжниками должен быть не менее 10 м. Учебно-тренировочный склон должен иметь уплотнённый снег без каких-либо скрытых препятствий, способных привести к травматизму.

Катки и конькобежные дорожки.

Конькобежная дорожка с естественным льдом – сезонное плоскостное сооружение с круговой дорожкой длиной не менее 250 м. возможно устройство навеса.

Базовый каток – должен иметь площадь 2400 и более м² (40х60м), освещение, радиофикацию (желателен пункт проката коньков). При меньших размерах употребляется наименование «**ледовая площадка**».

Ледовые площадки для катков в учреждениях образования должны быть ровными и толщина льда составлять не менее 15см, а уклон не более 10мм/м. Толщина льда на естественных водоёмах, оборудованных под каток для обучения катанию на коньках, должна быть не менее 25см.

Катки и конькобежные дорожки должны иметь ровную без трещин и выбоин поверхность. Все возникающие повреждения поверхности льда немедленно исправляются или ограждаются. Катки и конькобежные дорожки должны иметь площадь не менее 8м² на одного учащегося.

Спортивное оборудование и инвентарь.

С учетом повышенной амортизационной нагрузки на спортивное оборудование и инвентарь учителям и администрации учреждений образования следует строго выполнять «Правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в учебных заведениях Республики Беларусь (общеобразовательные школы, гимназии, лицеи, колледжи, ПТУ, ССУЗ)», постоянно следить за целостностью и исправностью инвентаря и оборудования (особенно нестандартного), предупреждать травмоопасные ситуации.

Все спортивные снаряды и оборудование, установленные в местах проведения занятий физкультурой и спортом, должны находиться в полной исправности и надёжно закреплены. Надёжность установки и результаты испытаний инвентаря и оборудования должны быть зафиксированы актом приёмочных испытаний и записями в специальном журнале (образец акта на стр. 6).

Гимнастические снаряды не должны иметь в узлах и сочленениях люфтов, качаний, прогибов, детали крепления (гайки, винты) должны быть надёжно завинчены. Жерди брусьев каждый раз перед началом учебного года должны ремонтироваться по всей длине. При обнаружении трещины, их необходимо заменить. Гриф перекладины перед выполнением упражнений и после их окончания необходимо протирать сухой ветошью и зачищать шкуркой. Пластины для крепления крюков растяжек должны быть плотно привинчены к полу и заделаны заподлицо. Бревно гимнастическое не должно иметь

трещин и заусениц на брусе, заметного искривления. Опоры гимнастического козла должны быть прочно укреплены в коробках корпуса. При выдвигании ноги козла должны свободно устанавливаться и прочно закрепляться в заданном положении. Гимнастические маты должны вплотную укладываться вокруг гимнастического снаряда, обеспечивая площадь соскока или предполагаемого срыва и падения. Мостик гимнастический должен быть подбит резиной, чтобы исключить скольжение при отталкивании.

Мячи набивные используются по номерам строго в соответствии с возрастом и физической подготовленностью учащихся. Вес спортивных снарядов для метания должен соответствовать возрасту и полу согласно правилам соревнований.

Лыжный инвентарь должен быть подобран в соответствии с ростом учащихся и подогнан индивидуально. Палки должны быть лёгкими, прочными и удобными, иметь петли для хвата руками, остриё для упора и ограничительное кольцо.

Поверхность лыж не должна иметь перекосов и боковых искривлений, трещин, заусениц и сколов, скользящая поверхность должна быть просмолена и смазана специальной мазью в соответствии с погодными условиями.

Количество инвентаря и оборудования в учреждениях образования, своевременность его пополнения и списания по истечении сроков эксплуатации или пришедшего в негодность, должно соответствовать приказу Министерства образования Республики Беларусь от 05.01.1998г.

№ 1 «Об утверждении Типовых перечней физкультурного и спортивного инвентаря и оборудования для дошкольных учреждений, общеобразовательных школ, гимназий, лицеев, колледжей, профессионально-технических и средних специальных учебных заведений Республики Беларусь».

Оглавление.

Спортивная терминология	3
Общие требования к организации физического воспитания учащихся	-
	4
Документация учителя физической культуры по учебно-воспитательной работе	-
	5
Документация учителя физической культуры по спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работе	10
Требования к учету успеваемости	-
	14
Требования к организации занятий с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья	-
	18
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня	-
	25
Внеклассная физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа	-
	27
Организационно-методическая работа по повышению качества проведения учебно-воспитательного процесса	-
	30
Критерии оценки работы учителя физической культуры	-
	31
Примерная структура анализа деятельности учителя на уроке физкультуры	-
	33
Примерная структура урока физической культуры	-
	34
Требования, предъявляемые к уроку физкультуры	-
	35
Методы объективизации оценки работы учителя физической культуры	-
	36
Внешние признаки утомления	-
	40
Характеристика методов организации двигательной деятельности учащихся	-
	41
Примерная 10-балльная таблица оценки состояния учебно-спортивной базы учреждения образования и учебно-методической документации учителя физкультуры	-
	43
Циклограмма деятельности директора, заместителя директора по учебно-воспитательной работе	-
	45
Требования к организации учебно-воспитательного процесса в учреждениях образования (примерные памятки)	-
	48
Памятка проверяющему постановку учебно-воспитательного процесса по физической культуре в учреждении образования	-
	54
Характеристика физкультурно-спортивных сооружений и требования к их содержанию	-
	56
Перечень действующих нормативных и правовых документов по физическому воспитанию учащихся	-
	65