

Комитет образования, науки и молодежной политики Волгоградской области
Государственное автономное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Волгоградская государственная академия последипломного образования»
кафедра коррекционной педагогики, физической культуры и ОБЖ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
«О преподавании физической культуры
в 2023–2024 учебном году»

Составители:

проф. кафедры

Анненков В.Н.

Волгоград
-2023-

I. Нормативные правовые акты, регламентирующие деятельность руководящих и педагогических работников

При организации образовательной деятельности в 2023-2024 учебном году необходимо учесть следующие нормативные правовые акты:

1. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21 сентября 2022 года № 858 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников".

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 05 декабря 2022 года № 1063 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 года № 115" (приказ вступает в силу с 01.09.2023 года).

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 2 августа 2022 года № 653 "Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования".

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования".

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28 февраля 2022 года № 96 "Об утверждении перечня организаций, осуществляющих научно-методическое и методическое обеспечение образовательной деятельности по реализации основных общеобразовательных программ в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами общего образования".

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 года № 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования".

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 года № 371 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования".

8. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 15 февраля 2022 года № АЗ-113/03 "О направлении методических рекомендаций" (по введению обновлённых ФГОС).

9. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 11 мая 2022 года № АЗ 686/03 "О разработке рабочих программ".

10. Федеральная образовательная программа основного общего образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 года № 370).

11. Федеральная образовательная программа среднего общего образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 года № 371).

12. Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (утв. Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 года № ПК-1вн).

13. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 года № 540 "Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)".

14. Приказ комитета образования, науки и молодежной политики Волгоградской области от 25 февраля 2022 года № 131 "Об организации введения федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и основного общего образования в Волгоградской области, утвержденных приказами Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования", от 31 мая 2021г. № 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования".

15. Приказ комитета образования, науки и молодежной политики Волгоградской области от 27 декабря 2022 года № 982 "Об организации введения в общеобразовательных организациях Волгоградской области федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 12 августа 2022 г. № 732 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413".

16. Приказ комитета образования, науки и молодежной политики Волгоградской области от 17 марта 2023 года № 260 "Об организации введения федеральных основных общеобразовательных программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по имеющим государственную аккредитацию образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования на территории Волгоградской области".

II. Введение федеральных образовательных программ

В целях обеспечения единства образовательного пространства Российской Федерации, в соответствии с частью 65 статьи 12 Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (далее – Федеральный закон № 273-ФЗ) утверждены федеральные образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования (далее соответственно – ФОП НОО, ФОП ООО, ФОП СОО).

ФОП разработаны в соответствии с Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ (далее – ФООП), утвержденным приказом Министерства просвещения России от 30 сентября 2022 г. № 874. Они заменили примерные ООП и рабочие программы. Теперь все организации, которые реализуют аккредитованные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, а также программы дошкольного образования, должны применять ФООП.

С 2023-2024 учебного года вместо примерных ООП нужно применять федеральные программы. Программы устанавливают обязательные

требования, включают федеральные документы: учебные планы, план внеурочной деятельности, календарный учебный график, рабочие программы учебных предметов, программу воспитания и др. Образовательные организации не позднее 01.09.2023 г. должны привести свои программы в соответствие с ФООП (Федеральный закон от 24.09.2022 г. № 371-ФЗ). Таким образом, ФООП будут обязательными абсолютно для всех образовательных организаций – неважно, государственные они или частные. При этом образовательные организации могут разрабатывать собственные образовательные программы. Главное, чтобы их содержание и планируемые результаты были не ниже уровня, который указан в ФООП. Каждая образовательная организация также может перераспределить время, которое выделяет федеральный учебный план на предметы, по которым обучающиеся не сдают ОГЭ или ЕГЭ, чтобы организовать углубленное изучение отдельных предметов или профильное обучение (Федеральный закон от 24.09.2022 г. № 371-ФЗ).

В 2023/2024 учебном году преподавание физической культуры в общеобразовательных организациях Волгоградской области будет осуществляться:

в 1-4 классах – в соответствии с обновленным Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 286 (далее – обновленный ФГОС НОО);

в 5-6 классах – в соответствии с обновленным Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 287 (далее – обновленный ФГОС ОО);

в 7-9 классах – в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897, доработанным с учётом Федеральной образовательной программы основного общего образования,

в 10 классе – в соответствии с обновленным Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 (далее – обновленный ФГОС СОО);

в 11 классе – в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413,

III. Формирование перечня учебников и учебных пособий

Выбор учебников и учебных пособий относится к компетенции образовательной организации в соответствии с пунктом 9 части 3 статьи 28

Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации". Образовательные организации (далее – ОО) вправе выбирать учебники, учебные пособия, материалы и иные средства обучения и воспитания в соответствии с образовательной программой и в порядке, установленном законодательством об образовании.

Опираясь на разъяснения по формированию перечня учебников, данные Министерством просвещения Российской Федерации, департаментом государственной политики и управления в сфере общего образования (письмо от 3 марта 2023 года № 03-327 "О направлении информации"):

Федеральным законом № 371-ФЗ внесены изменения в пункт 1 части 4 статьи 18 федерального закона № 273-ФЗ, согласно которым организации, осуществляющие образовательную деятельность по имеющим государственную аккредитацию образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования, для использования при реализации указанных образовательных программ используют учебники и разработанные в комплекте с ними учебные пособия из числа входящих в федеральный перечень учебников (далее – ФПУ).

В течение двух лет будет действовать федеральный перечень учебников, в который включены учебники, не имеющие комплектных учебных пособий, утвержденный приказом Министерства просвещения России от 21 сентября 2022 года № 858 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников" (далее – ФПУ № 858).

В свою очередь, сохранит силу действующий перечень организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые могут дополнительно использоваться при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки России от 9 июня 2016 года № 699).

Следует обратить внимание на то, что в ФПУ № 858 установлены предельные сроки использования учебников, исключенных из числа учебников, входивших в ФПУ, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 г. № 254.

Учитывая изложенное, приобретение учебников может быть осуществлено в соответствии с действующим новым ФПУ № 858.

В соответствии со статьей 18 Федерального закона № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" в образовательных организациях наряду с печатными учебными изданиями могут использоваться электронные.

Федеральный перечень учебников размещен по ссылке: <https://uchitel.club/fpu858>.

По ссылке: <https://uchitel.club/> можно ознакомиться с материалами методической поддержки от издательства "Просвещение".

Для изучения предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях Волгоградской области по обновлённым ФГОС в соответствии с "Федеральным перечнем учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность" рекомендуется следующее программно-методическое обеспечение учебного процесса:

1. Лях В.И. Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 10-11 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В.И. Лях. – 6-е изд. – М.: Просвещение, 2021. – 80 с. – ISBN 978-5-09-079227-1.

2. Лях В.И. Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В.И. Лях. – 9-е изд. – М.: Просвещение, 2021. – 104 с. – ISBN 978-5-09-079226-4.

3. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы. Учебник / В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2022. – 175 с. – ISBN: 978-5-0902-6051-0

4. Лях В.И. Физическая культура. 8-9 классы. Учебник. ФГОС / В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2022. – 271 с. – ISBN: 978-5-09-071621-5

5. Лях В.И. Физическая культура. 10-11 классы. Базовый уровень. Учебник. ФГОС / В.И. Лях – М.: Просвещение, 2021. – 271 с. – ISBN: 978-5-09-071625-3

6. Матвеев А.П. Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А.П. Матвеева. 1-4 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. – 6-е изд. – М.: Просвещение, 2021. – 63 с. – ISBN 978-5-09-079221-9

7. Матвеев А.П. Физическая культура: 6-7 классы: учебник / А.П. Матвеев. – 12-е изд. стер. – М.: Просвещение, 2022. – 192 с.: ил. – ISBN 978-5-09-092095-7

8. Матвеев А.П. Физическая культура 1-й класс учебник / А.П. Матвеев. – 13-е изд., стер. – М.: Просвещение, 2022. – 103, [1] с. ил. – ISBN 978-5-09-094505-9

9. Матвеев А.П. Физическая культура. 2 класс. Учебник. ФГОС / А.П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2022. – 111 с. – ISBN: 978-5-09-07-1617-8

10. Физическая культура 5-7-е классы. Учебник / М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова [и др.]/ Под ред. М.Я. Виленского. – 12-е изд. стер. – М.: Просвещение. 2022. – 255. [1] с. – ил. ISBN 978-5-09-092093-3

IV. Организация урочной и внеурочной деятельности по учебному предмету "Физическая культура"

Место предмета в учебном плане на уровне начального общего образования в 2023-2024 учебном году (использование примерных рабочих программ):

- при 5-ти дневной учебной неделе:

1-4 класс – 2 часа в неделю в рамках учебного плана + 1 час в неделю – двигательная активность (за рамками ФГОС НОО за счет часов внеурочной деятельности).

При разработке рабочей программы по предмету "Физическая культура" следует учитывать, что вариативные модули (не менее 1 часа в неделю с 1 по 4 класс) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования детей.

- при 6-ти дневной учебной неделе:

1-4 класс – 3 часа в неделю в рамках учебного плана.

Основные разделы, обязательные для изучения в каждом классе (инвариативные, т.е., обязательные):

1. Знания о физической культуре;
2. Способы самостоятельной деятельности;
3. Физическое совершенствование (реализуется исходя из наличия материально-технической базы ОО):

- гимнастика с основами акробатики;
- лыжная подготовка (ОО должна полностью обеспечить обучающихся лыжным инвентарем для освоения модуля "Лыжная подготовка" (зимние виды спорта). При отсутствии материально-технической базы (исправные лыжи всех размеров и необходимого количества) перераспределяем учебные часы инвариантного модуля "Лыжная подготовка" на часы других инвариантных модулей ("Лёгкая атлетика", "Гимнастика", "Плавание" и "Спортивные игры")*;

- лёгкая атлетика;
- подвижные и спортивные игры;
- плавательная подготовка (при отсутствии материально-технической базы перераспределяем учебные часы на часы других модулей ("Лёгкая атлетика", "Гимнастика", "Лыжная подготовка" и "Спортивные игры")*.

4. Вариативный модуль "Прикладно-ориентированная физическая культура": (1 класс – 18 часов; 2-4 класс – 24 часа) (содержание этого модуля обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться ОО исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, ОО могут разрабатывать своё содержание для этого модуля и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы).

Место предмета в учебном плане на уровне основного общего образования в 2023-2024 учебном году:

- при 5-ти дневной учебной неделе:

5-6 класс – 2 часа в неделю в рамках учебного плана + 1 час в неделю - часть, формируемая участниками образовательных отношений (использование примерных рабочих программ);

7-9 класс – 2 часа в неделю в рамках учебного плана + 1 час в неделю - часть, формируемая участниками образовательных отношений (использование ранее разработанных рабочих программ).

При разработке рабочей программы по предмету "Физическая культура" следует учитывать, что вариативные модули (не менее 1 часа в неделю с 5 по 9 класс) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования детей.

- при 6-ти дневной учебной неделе:

5-6 класс – 3 часа в неделю в рамках учебного плана (использование примерных рабочих программ);

7-9 класс – 3 часа в неделю в рамках учебного плана (использование ранее разработанных рабочих программ).

Основные разделы, обязательные для изучения в каждом классе (инвариативные, т.е., обязательные):

1. Знания о физической культуре;
2. Способы самостоятельной деятельности;
3. Физическое совершенствование:
 - 3.1. Физкультурно-оздоровительная деятельность;
 - 3.2. Спортивно-оздоровительная деятельность:

- гимнастика;

- лёгкая атлетика;

- зимние виды спорта (лыжная подготовка) (ОО должна полностью обеспечить обучающихся лыжным инвентарем для освоения модуля "Лыжная подготовка" (зимние виды спорта). При отсутствии материально-технической базы (исправные лыжи всех размеров и необходимого количества) перераспределяем учебные часы инвариантного модуля "Лыжная подготовка" на часы других инвариантных модулей ("Лёгкая атлетика", "Гимнастика", "Плавание" и "Спортивные игры");

- спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол;

- плавание (при отсутствии материально-технической базы перераспределяем учебные часы на часы других модулей ("Лёгкая атлетика", "Гимнастика", "Лыжная подготовка" и "Спортивные игры");

4. Вариативный модуль – "Спорт" (30 часов в каждом классе)

(содержание этого модуля разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых Министерством просвещения РФ. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований ВФСК "ГТО", активное вовлечение их в соревновательную деятельность. Содержание модуля обеспечивается исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы и квалификации педагогического состава).

Место предмета в учебном плане на уровне среднего общего образования в 2023-2024 учебном году:

В 10 классе:

профили: технологический (инженерные и информационно-технологические классы); естественно-научный, гуманитарный, социально-экономический (использование примерных рабочих программ) 2 часа в неделю + 1 час в неделю из части, формируемой участниками образовательных отношений универсальный профиль – 3 часа в неделю (использование примерных рабочих программ).

Количество часов на физическую культуру в учебном плане ОО берется из рабочей программы (если будет рабочая программа, позволяющая реализовать предмет в объеме 2 часа в неделю, то ОО вправе выбрать такую программу).

В 11 классе:

профили: технологический, естественно-научный, гуманитарный, социально-экономический, универсальный – использование ранее разработанных рабочих программ – 3 часа в неделю.

Основные разделы, обязательные для изучения в каждом классе(инвариативные, т.е., обязательные):

1. Знания о физической культуре;
2. Способы самостоятельной двигательной деятельности (10 часов);
3. Физическое совершенствование:
 - физкультурно-оздоровительная деятельность;
 - спортивно-оздоровительная деятельность: баскетбол, волейбол, футбол;
 - прикладно-ориентированная двигательная деятельность:
 - плавательная подготовка (10 класс) (при отсутствии материально-технической базы перераспределяем учебные часы на часы других модулей ("Лёгкая атлетика", "Гимнастика", "Лыжная подготовка" и "Спортивные игры")*);
 - атлетические единоборства (11 класс).
4. Вариативный модуль – "Спортивная и физическая подготовка" в 10 и 11 классах по 32 часа.

Программное содержание модуля: техническая и специальная физическая подготовка по избранному виду спорта, выполнение соревновательных действий в стандартных и вариативных условиях. Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

В рамках модуля "Спортивная и физическая подготовка" рекомендуется изучение национального вида спорта России "Самбо". Во внеурочной деятельности при наличии материально-технической базы и кадрового обеспечения рекомендуется организовать работу спортивной секции "Самбо".

**Примечание:* ...для бесснежных районов Российской Федерации, а также при отсутствии должных условий допускается заменять раздел "Лыжные гонки" углубленным освоением содержания разделов "Лёгкая атлетика", "Гимнастика" и "Спортивные игры". В свою очередь тему "Плавание" можно вводить в учебный процесс при наличии соответствующих условий и материальной базы по решению местных органов управления образованием... (Письмо Минобрнауки России от 7 сентября 2010 г. № ИК-13 74/19 и Письмо Минспорттуризма России от 13 сентября 2010 г. № ЮН-02-09/4912 "О методических указаниях по использованию спортивных объектов в качестве межшкольных центров для проведения школьных уроков физической культуры и внешкольной спортивной работы").

ФГОС ООО: Предметные результаты изучения предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" должны обеспечивать по учебному предмету "Физическая культура" на базовом уровне:

Таблица 1

ФГОС – 2010	ФГОС – 2021
1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	1) формирование привычки к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой;
2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной,	2) умение планировать самостоятельные занятия физической культурой и строить индивидуальные программы оздоровления и физического развития;

<p>коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;</p>	
<p>3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;</p>	<p>3) умение отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью с учетом индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;</p>
<p>4) расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;</p>	<p>4) организацию самостоятельных систематических занятий физическими упражнениями с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;</p>
<p>5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);</p>	<p>5) умение оказывать первую помощь при травмах (например: извлечение и перемещение пострадавших, проведение иммобилизации с помощью подручных средств, выполнение осмотра пострадавшего на наличие наружных кровотечений и мероприятий по их остановке);</p>
<p>б) для слепых и слабовидящих обучающихся: формирование приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе</p>	<p>б) умение проводить мониторинг физического развития и физической подготовленности, наблюдение за динамикой развития своих физических</p>

<p>формирования трудовых действий; формирование представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни;</p>	<p>качеств и двигательных способностей, оценивать состояние организма и определять тренирующее воздействие занятий физическими упражнениями, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;</p>
<p>7) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата: владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью, с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений у обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата; владение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; владение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; владение доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности; умение ориентироваться с помощью сохранных анализаторов и безопасно передвигаться в пространстве с использованием при самостоятельном передвижении ортопедических приспособлений.</p>	<p>7) умение выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений;</p>
	<p>8) владение основами технических действий и приемами различных видов спорта, их использование в игровой и соревновательной деятельности;</p>
	<p>9) умение повышать функциональные возможности систем организма при подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).</p>

**ФГОС СОО: Предметные результаты изучения предметной области
"Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" должны
обеспечивать по учебному предмету " Физическая культура " на базовом
уровне:**

Таблица 2

ФГОС - 2012	ФГОС - 2022
1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;	1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);
2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;	2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;	3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;
4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;	4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.	5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;
	б) положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

В предлагаемых вариантах примерных учебных планов профилей учебный предмет "Физическая культура" (предметная область "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности") представлен базовым уровнем.

Профиль	Уровень обучения	Количество часов в неделю
Гуманитарный профиль (варианты 1,2,3,4,5,6)	Базовый	2
Универсальный профиль	Базовый	3
Технологический профиль (варианты 1,2)	Базовый	2
Естественно-научный профиль	Базовый	2
Социально-экономический профиль (варианты 1,2,3)	Базовый	2
Гуманитарный профиль с изучением родного языка	Базовый	2
Универсальный профиль с изучением родного языка	Базовый	2
Технологический профиль с изучением родного языка (варианты 1,2)	Базовый	2
Естественно-научный профиль с изучением родного языка	Базовый	2
Социально-экономический профиль с изучением родного языка	Базовый	2

Рабочие программы учебных предметов, курсов являются компонентом основной образовательной программы уровня образования, их разработка и утверждение относится к компетенции образовательной организации.

Внеурочная деятельность в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов общего образования организуется по основным направлениям развития личности (гражданское, патриотическое, духовно-нравственное, эстетическое, физическое, трудовое, экологическое воспитание, ценность научного познания).

Содержание данных занятий должно формироваться с учетом запросов участников образовательных отношений и осуществляться посредством различных форм организации, отличных от урочной системы обучения.

Рабочие программы курсов внеурочной деятельности разрабатываются учителями и должны содержать 3 раздела:

- результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и вида деятельности;
- тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

В целях методического сопровождения учителей физической культуры по планированию тематической образовательной программы внеурочной деятельности необходимо обратить внимание на пособия Группы компаний "Издательство "Просвещение" (<https://prosv.ru/static/vneuroh>).

Пособия серии "Внеурочная деятельность" и сборник рабочих программ обеспечивают сопровождение внеурочной деятельности обучающихся в разных формах: учебное занятие, практическая работа, экскурсия, учебный проект и учебное исследование и т.д.

В зависимости от конкретных условий реализации основной образовательной программы, числа обучающихся и их возрастных особенностей допускается формирование учебных групп из обучающихся разных классов в пределах одного уровня образования.

С целью реализации принципа формирования единого образовательного пространства на всех уровнях образования часы внеурочной деятельности целесообразно использовать через реализацию одной из трех моделей планов с преобладанием того или иного вида деятельности:

- учебно-познавательной деятельности, когда наибольшее внимание уделяется внеурочной деятельности по учебным предметам и формированию функциональной грамотности;

- с преобладанием педагогической поддержки обучающихся и работы по обеспечению их благополучия в пространстве школы;

- с преобладанием деятельности ученических сообществ и воспитательных мероприятий.

V. Адаптивная физическая культура в школе

Начиная с 2021 года, значительно обновилась нормативно-правовая база общего образования: реализуются ФГОС третьего поколения, федеральные образовательные программы и др. Изменения коснулись и работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) в школе.

В соответствии с последними изменениями ФГОС на всех уровнях общего образования – начального (1-4 классы), основного (5-9 классы) и среднего (10-11 классы) – в учебном плане предмет "Физическая культура" заменен предметом "Адаптивная физическая культура" (далее - АФК) для всех категорий детей с ОВЗ (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 года № 732 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования").

Требования к организации среды для обучающихся с ОВЗ отражаются в примерных адаптированных основных образовательных программах для обучающихся каждой нозологической группы.

Главная цель адаптивной физкультуры – улучшить и гармонизировать все грани и качества ребенка с ОВЗ, используя физические упражнения, социальные и гигиенические факторы.

Содержание рабочих программ по АФК и коррекционно-развивающих курсов с использованием средств адаптивной физической культуры для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов определяется следующими документами:

1. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 года № 1025 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными

возможностями здоровья".

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования".

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (с изменениями и дополнениями).

К тому же, для разработки рабочей программы могут использоваться примерные адаптированные основные образовательные программы, одобренные федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию и размещенные в "Реестре примерных основных общеобразовательных программ" Министерства просвещения РФ.

VI. Реализация обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Обучение с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий по учебному предмету "Физическая культура" осуществляется в соответствии с приказом (положением) об организации дистанционного обучения, а также другими локальными актами, утвержденными образовательной организацией.

Информация о расписании занятий, графике проведения текущего и итогового контроля по учебному предмету "Физическая культура", консультаций должна быть доведена до сведения обучающихся и их родителей (законных представителей).

При выборе цифровых решений и программ для проведения учебных занятий, а также консультаций (вебинаров) по физической культуре в дистанционной форме необходимо учитывать рекомендации, указанные в письме Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации от 1 апреля 2022 г. № МШ-П8-1-070-14732 "Об импортозамещении цифровых решений в органах управления Российской Федерации".

Согласно Постановлению Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", пункт 3.5.12 СанПиН "При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут".

Согласно п. 2.10. "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" работа с электронными средствами обучения (далее – ЭСО) должна соответствовать гигиеническим нормативам:

- при использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для обучающихся 5-9 классов — 15 минут (далее, в оставшееся время урока, учитель предусматривает самостоятельную работу обучающихся по полученной информации);

- общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать (для компьютера) — для 5-9 классов — 30 минут, 10-11 классов — 35 минут. Оставшееся время урока отводится на самостоятельную работу обучающихся.

Для следующие онлайн-сервисы (с электронными ссылками), которые доступны для организации учебного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных технологий:

Онлайн-ресурсы для дистанционного обучения:

Российская электронная школа (<https://resh.edu.ru>)

«Российская электронная школа» – это интерактивные уроки по всему школьному курсу с 1 по 11 класс от лучших учителей страны, созданные для того, чтобы у каждого ребенка была возможность получить бесплатное качественное общее образование.

«InternetUrok.ru» (<https://home-school.interneturok.ru>)

InternetUrok.ru предоставляет платформу для дистанционного обучения: расписание, тысячи видеоуроков и видеоконсультаций по темам школьной программы, интерактивные тренажеры для закрепления материала и тесты для проверки усвоения, домашние задания, возможность задать вопрос и получить ответ от учителя. Выверенная методистами и соответствующая ФГОС, – постоянно пополняемая коллекция видеоуроков по учебным предметам общего образования. Все материалы сайта бесплатны, свободны от рекламы и доступны любому желающему.