

«СОГЛАСОВАНО»

Совет школы

«Принято»

На педагогическом совете

Протокол № 3 от 22.09.16.

«УТВЕРЖДАЮ»

приказ № 22 от 22.09.16.

Директор МБОУ Школы № 70 г.о. Самара



Е.В.Косилова

ПОЛОЖЕНИЕ

об аттестации учащихся, освобожденных от выполнения практических заданий на уроках физической культуры и отнесенных к группам здоровья, отличных от основной муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения»

Школа №70 имени Героя Советского Союза А.В.Мельникова» городского округа Самара

1.Общие положения

Настоящее Положение разработано в соответствии со следующими нормативными и правовыми актами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральным Законом Российской Федерации от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Письмом Министерства образования Российской Федерации от 31.10. 2003 г. №13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;
- Комплексной программой физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы: В.И.Лях и А. А. Зданевич.

2.Группы здоровья

В целях **дифференцированного подхода** к организации уроков физической культуры все обучающиеся школы в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: *основную, подготовительную и специальную* медицинскую группу. Отнесение ребенка к соответствующей группе здоровья происходит на основании листа здоровья.

Задания на уроке для обучающихся, отнесенных к различным группам здоровья, отличаются объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала.

3.Требования к посещению уроков

Уроки физической культуры посещают все обучающиеся. При пропуске уроков физической культуры учащийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который передаётся классному руководителю или учителю физкультуры.

Все обучающиеся, освобождённые от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала или на стадионе под присмотром учителя физической культуры.

Учитель физической культуры определяет вид занятий с освобожденными от практических заданий учащимися на предстоящий урок.

Освобожденным учащимся нельзя пользоваться на уроке телефоном, планшетом, ноутбуком, фотоаппаратом и т.д.

4.Оценивание и аттестация учащихся освобождённых от физической культуры.

Оценка каждого обучающегося освобождённого по медицинским показаниям по физической культуре выставляется на основе теоретических знаний, практических действий или справки из поликлиник о посещении лечебной физкультуры.

Оценивание обучающихся освобождённых по медицинским показаниям проводится по системе по следующим показателям:

Теоретическая часть (знания)

1. Устные и письменные ответы на теоретические вопросы, соответствующие программе;
2. Письменные ответы на разработанные тестовые задания различной формы;
3. Написание доклада или реферата на заданную тему;
4. Составление тематических кроссвордов и викторин.

Практическая часть.

1. Присутствие на уроках;
2. Участие в разминке на каждом уроке (по медицинским показателям);
3. Выполнение индивидуального комплекса упражнений по заданию учителя в соответствии с рекомендациями врача.

Примерные темы докладов или рефератов:

- Олимпийские игры древней Греции в сравнении с современными олимпийскими играми;
- Олимпийские игры современности: пути развития;
- Значение физической культуры в развитии личности;
- Мой любимый вид спорта и его значение для моего развития;
- Физическая культура в моей семье;
- Современные виды спорта и спортивные увлечения учащихся моей школы;
- Адаптивная физическая культура и ее роль в жизни человека;
- Допинги в спорте и в жизни, их роль;
- Место физической культуры в общей культуре человека;
- Здоровый образ жизни и молодежь;
- Влияние циклических видов спорта на сердечно-сосудистую систему организма;
- Зрение школьников: тенденции и реальность;
- Соблюдение режима как одно из условий сохранения здоровья учащихся;
- Сотовая связь и ее влияние на организм человека;
- Метод круговой тренировки;
- Понятие о здоровом образе жизни и факторах положительного влияния занятий физической культуры на укрепление физического здоровья, психического и нравственного развития человека;
- Понятие о правильном режиме питания;
- Понятие о формах двигательной активности;
- Методы самоконтроля;
- Понятие о правильной осанке;
- Правила оказания первой доврачебной медицинской помощи при травмах во время занятий физическими упражнениями;
- Гигиенические требования и правила техники безопасности на занятиях физическими упражнениями в условиях спортивного зала, спортивной площадки, тренажерного зала, бассейна.

Вопросы к тестам по физической культуре для учащихся 5-6-х классов

1. Первой ступенью закаливания организма является ...
2. Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами
через каждые ...мин.
3. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается,
если учащиеся...
4. Вращательное движение через голову с последовательным касанием
опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как...

5. Атлетов, нанесших смертельные раны сопернику во время Игр Олимпиады судьи Эллады...
6. Упражнения, содействующие развитию выносливости целесообразно выполнять в...
7. Какой вид старта применяется в беге на короткие дистанции?
8. Сколько попыток дается участнику соревнований по прыжкам в высоту?
9. Какой из способов спортивного плавания самый бесшумный?
10. Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?
11. Сколько игроков играют в волейбол на одной стороне площадки?
12. Какой частью тела футболист не может останавливать мяч во время игры?
13. В какой стране зародились Олимпийские игры?
14. Что, прежде всего, следует сделать при оказании первой помощи пострадавшему от ушиба какой-либо части тела о твердую поверхность?
15. Во время этой игры на площадке находятся две команды по 5 человек.
16. Осанкой называется...
17. Кто имел право принимать участие в Древнегреческих олимпийских играх?
18. Чем отличается кроссовый бег от длительного бега?
19. Гибкость не зависит от...
20. Укажите предпочтительную последовательность упражнений для физкультурной минутки или паузы.
21. Приемы закаливания .
22. В какой спортивной игре нет вратаря?
23. Виды двигательной активности, благотворно воздействующие на физическое состояние и развитие человека, принято называть:
24. Каким упражнением проверить физическое качество – гибкость?
25. Смысл занятий физической культурой для школьников?

Вопросы к тестам по физической культуре 7-8 классы

1. Как звучит девиз Олимпийских игр?
2. Что олицетворяет Олимпийский символ – пять переплетённых колец на белом полотнище?
3. В какой стране проходили в августе 2008 года Олимпийские игры?
4. К основным физическим качествам относятся...
5. Физические качества развиваются...
6. Что мы понимаем под выражением «закаливание организма»?
7. Главной причиной нарушения осанки является...
8. Главной причиной нарушения осанки является...
9. Чему способствует утренняя гигиеническая гимнастика?
10. Длина дистанции марафонского бега равна...
11. Какая из дистанций считается спринтерской?
12. При выходе бегуна с низкого старта ошибкой является...
13. Наиболее эффективным упражнением развития выносливости служит...
14. Повторное пробегание отрезков 20-50 м с максимальной скоростью применяется для развития...
15. Как наказывается бегун, допустивший второй фальстарт в беге на 100м?
16. Если при метании мяча метатель переходит контрольную линию, то ему...
17. Отсутствие разминки перед соревнованиями (или перед основной нагрузкой в тренировке) чаще всего приводит к...
18. Акробатические упражнения в первую очередь совершенствуют функцию...
19. Определите ошибку при выполнении кувырка вперёд в группировке.
20. Выберите действие, которое не является ошибкой при выполнении кувырка назад в группировке.
21. Что не является ошибкой при выполнении стойки на лопатках?
22. Длинный кувырок вперёд отличается от короткого...
23. Наиболее эффективно развивается чувство равновесия при занятиях на...
24. Подтягивание в висе. Определите ошибку при выполнении упражнения.
25. Выполняя стойку на голове и руках, гимнаст располагает на мате руки и голову...

26. Название лыжных ходов (попеременные и одновременные) дают по работе...
27. К одновременным лыжным ходам относится...
28. Укажите, какой способ поворота позволяет лыжнику сделать его на пологом склоне с меньшей потерей скорости?
29. Одна из перечисленных ошибок при падении на спуске часто приводит к серьёзным травмам. Какая?
30. С какого приёма начинается игра в баскетбол?
31. Стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты, ловля, передачи, выбивание мяча и др. являются...
32. В каком случае назначается штрафной бросок?
33. Для чего выполняется остановка двумя шагами?
34. За какое количество полученных фолов игрок удаляется из игры?
35. С какой целью применяется ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока мяча?

Вопросы к тестам по физической культуре 9-11 классы.

1. Что понимается под физической культурой ?
2. Что является результатом физической подготовки ?
3. Когда Россия впервые приняла участие в Олимпийских играх?
4. Бег с остановками и изменением направления по сигналу преимущественно способствует формированию...
5. Солнечные ванны лучше всего принимать...
6. К циклическим видам спорта относятся...
7. Где и когда были проведены первые Олимпийские игры современности?
8. Главной причиной нарушения осанки является...
9. Назовите имя первого Российского олимпийского чемпиона.
10. Документом, представляющим все аспекты организации соревнований, является...
11. Профилактика нарушений осанки осуществляется при...
12. Какая организация занимается подготовкой и проведением Олимпийских игр?
13. В каком виде спорта завоевала золотую медаль дальневосточница Юлия Чепалова на XVII Олимпийских играх?
14. Что определяет техника безопасности ?
15. Выберите правильную последовательность действий по оказанию доврачебной помощи при обмороке...
16. Какое определение не относится к основным свойствам мышц?
17. Смысл физической культуры как компонента культуры общества заключается...
18. С помощью какого теста не определяется физическое качество выносливость?
19. Какова протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх?
20. Укажите в каком городе проходили летние Олимпийские игры 2008 года?
21. Укажите, какие упражнения характерны для заключительной части урока физической культуры?
22. Как дозируются упражнения на «гибкость», т.е., сколько движений следует делать в одной серии? Упражнения на гибкость выполняются ...
23. Кто выступил с предложением возродить Олимпийские игры?
24. Что такое адаптация?
25. Каковы нормальные показатели пульса здорового взрослого нетренированного человека в покое?
26. Прыжок со снаряда в гимнастике обозначается как ...
27. Временное снижение работоспособности принято называть...
28. Положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры называются...
29. Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как...

30. Двигательные действия, которые направлены на решение задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются...
31. В каком году Олимпийские игры проводились в нашей стране ?
32. Что понимается под закаливанием ?
33. С какого цвета начинается эмблема колец Международного олимпийского комитета(МОК) ?
34. Укажите количество игроков футбольной команды.
35. Укажите, каким Олимпийским играм была впервые предложена
Олимпийская эмблема из пяти переплетенных колец?
36. Какой континент символизирует кольцо красного цвета в олимпийской эмблеме?
37. Лучшие условия для развития ловкости создаются во время...
38. Укажите количество игроков баскетбольной команды.
39. Что означает баскетбольный термин «пробежка» при выполнении
броска в кольцо?
40. Какой из перечисленных видов не входит в программу современного пятиборья?
41. Укажите количество игроков волейбольной команды.
42. Отличительная особенность упражнений при развитии силы заключается ...
43. Первая помощь при ушибах заключается в том, что поврежденное место следует...
44. В каком году проводились первые Всемирные юношеские игры?
45. Укажите, с какого способа плавания начинается комбинированная эстафета?
46. Физическая культура направлена на совершенствование...
47. Под выносливостью как физическим качеством понимается...
48. Какое физическое качество развивается при длительном беге в медленном темпе?
49. Под техникой двигательных действий понимают...
50. Выносливость человека не зависит от...
51. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости.
52. Что такое двигательный навык?
53. Чем характеризуется утомление?
54. Под силой как физическим качеством понимается...
55. Главной причиной нарушения осанки является...
56. Под быстротой как физическим качеством понимается...
57. Какая дистанция в легкой атлетике не является классической...
58. Основными показателями физического развития человека являются...
59. При выполнении физических упражнений нагрузка характеризуется...
60. Укажите диапазон предельно допустимой ЧСС во время физической нагрузки
у нетренированного человека.
61. Что называется осанкой?
62. Физическая культура-это ...
63. Физическая подготовленность характеризуется...
64. Укажите норму частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое у здорового нетренированного человека.

Примеры тестов.**ТЕСТ № 1**

(5-6 кл.)

1. Первой ступенью закаливания организма является закаливание...

- а) водой, б) солнцем, в) воздухом, г) холодом.

2. Смысл занятий физической культурой для школьников:

- а) укрепление здоровья и совершенствование физических качеств,
б) времяпровождение,
в) в обучении двигательных действий,
г) улучшение настроения

3. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как...

- а) акробатика, б) «колесо», в) кувырок, г) сальто.

4. Сколько игроков играют в волейбол на одной стороне площадки?

- а) 5, б) 10, в) 6, г) 7.

5. В какой стране зародились Олимпийские игры?

- а) в Древней Греции, б) в Риме, в) в Олимпии, г) во Франции.

6. Волейбол – это:

- а) подвижная игра; б) спортивная игра; в) уличная игра; г) азартная игра.

ТЕСТ № 1

(7-8 кл.)

1. Как звучит девиз Олимпийских игр?

- а) «Быстрее, выше, сильнее»;
б) «Будь всегда первым»;
в) «Спорт, здоровье, радость».

2. К основным физическим качествам относятся...

- а) рост, вес, объём бицепсов;
б) бег, прыжки, метания;
в) сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость.

3. Длина дистанции марафонского бега равна...

- а) 32 км 180 м;
б) 40 км 190 м;
в) 42 км 195 м.

4. Чему способствует утренняя гигиеническая гимнастика?

- а) переходу от пассивного состояния к активному;
б) снижению показателей физического развития;
в) быстрому утомлению организма, усталости.

5. Укажите, какой способ поворота позволяет лыжнику сделать его на пологом склоне с меньшей потерей скорости?

- а) упором;
б) переступанием;
в) плугом.

Тест № 1.

(9-11 кл.)

1. Под физической культурой понимается:

- А) часть культуры общества и человека;
Б) процесс развития физических способностей;
В) вид воспитания, направленный на обучение движениям и развитие физических качеств;
Г) развитие естественных сил природы и воспитание гигиенических качеств.

2. Когда Россия впервые приняла участие в Олимпийских играх?

- А) 1908 год в Лондоне;
- Б) 1912 год в Стокгольме;
- В) 1952 год в Хельсинки;
- Г) 1928 год в Амстердаме.

3. Солнечные ванны лучше всего принимать:

- А) с 12 до 16 часов дня;
- Б) до 12 и после 16 часов дня;
- В) в любое время дня при соблюдении необходимых мер предосторожности;
- Г) с 10 до 14 часов.

4. К циклическим видам спорта относятся...:

- А) борьба, бокс, фехтование;
- Б) баскетбол, волейбол, футбол;
- В) ходьба, бег, лыжные гонки, плавание;
- Г) метание мяча, диска, молота.

5. Документом, представляющим все аспекты организации соревнований, является:

- А) календарь соревнований;
- Б) положение о соревнованиях;
- В) правила соревнований;
- Г) программа соревнований.

6. В каком виде спорта завоевала золотую медаль дальневосточница Юлия Чепалова на XVII Олимпийских играх?

- А) скоростной спуск;
- Б) конькобежный спринт;
- В) фристайл;
- Г) лыжные гонки.

7. Выберите правильную последовательность действий по оказанию доврачебной помощи при обмороке:

- А) положить пострадавшего в прохладное место, обмахивать полотенцем, дать обильное теплое питье;
- Б) холодный компресс на голову, покой, ногам придают повышенное положение;
- В) теплый компресс на голову, расстегнуть стесняющую дыхание одежду неглубокий массаж области шеи, холодное питье;
- Г) придать пострадавшему горизонтальное положение, обеспечить приток свежего воздуха, обтереть лицо холодной водой, дать понюхать нашатырь.

8. Какое определение не относится к основным свойствам мышц?

- А) растяжение;
- Б) сокращение;
- В) эластичность;
- Г) постоянство состояния.