

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
КЫРГЫЗСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ



ПРЕДМЕТНЫЙ СТАНДАРТ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

для 1-6 классов общеобразовательных организаций
Кыргызской Республики

Бишкек – 2025

Разработчики:

Мамытов А.М., доктор педагогических наук., профессор, главный научный сотрудник лаборатории технологии, искусства и культуры здоровья Кыргызской академии образования.

Абдрахманова Ж.О., доктор биологических наук, доцент факультета физической культуры и спорта Кыргызско-Турецкого университета "Манас".

Бектурганова Н., преподаватель кафедры теории физического воспитания Кыргызской государственной академии физической культуры им. Б. Турусбекова.

Окен уулу Шумкарбек, преподаватель кафедры физического воспитания Ошского государственного университета.

Рецензент:

Иманалиев Т.Т., профессор кафедры теории физического воспитания Кыргызской государственной академии физической культуры им. Б. Турусбекова, кандидат педагогических наук

Предметный стандарт физического воспитания для учащихся 1-6 классов общеобразовательных школ разработан на основе государственного образовательного стандарта школьного общего образования Кыргызской Республики, утвержденного постановлением Кабинета министров Кыргызской Республики от 14.03.2025 г. № 131.

Предметный стандарт определяет концепцию урока физической культуры, структуру, организацию учебного процесса, условия оценки учебных достижений учащихся и ресурсного обеспечения учебного процесса, руководствуясь требованиями государственного стандарта начального общего образования. Его выполнение является обязательным независимо от формы обучения учащихся и видов образовательных организаций.

На основе предметного стандарта разрабатываются учебная программа и учебно-методические материалы по предмету “Физическая культура” для начальных школ Кыргызской Республики.

РАЗДЕЛ I. ПОНЯТИЕ, ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРЕДМЕТУ

Концепция предмета. 12-летнее общее образование определяет ожидаемые результаты образовательного процесса, направленного на развитие человеческого потенциала. В качестве ожидаемого результата в первую очередь признается функциональная грамотность и формирование личности учащегося на основе ценностей, компетенций, ожидаемых обществом, а затем приобретение знаний, умений и навыков, характерных для каждого предмета. В связи с этим определяются содержательные направления, ожидаемые результаты предмета физической культуры в начальной школе и соблюдаются принципы физического воспитания и обучения движениям в процессе обучения. В качестве принципов физического воспитания руководствуются всесторонним гармоничным развитием ученика, тесной связью процесса физического воспитания с жизнью и ориентацией на укрепление здоровья ученика, формирование здорового образа жизни. В качестве принципов обучения движению признаются принципы сознательности, активности, наглядности, систематичности, доступности и прочности.

Уроки физической культуры имеют комплексное содержание и носят преимущественно игровой характер. Содержание урока направлено на формирование у учащегося двигательного фонда, знаний, умений и навыков, относящихся к физическому воспитанию, и культуры исполнения, физического развития и подготовленности, позволяющих трудиться и быть готовым к защите Родины.

Ожидаемые результаты при обучении предмету физического воспитания делятся на четыре группы: 1) приобретение учеником ценностей, ожидаемых обществом; 2) содействие формированию основных компетенций в процессе физического воспитания, 3) воспитание ученика как личности и 4) приобретение предметной компетентности, присущей предмету физического воспитания.

Акцент на ценностях, ожидаемых обществом, лежит в основе урока физического воспитания и требует от ученика формирования следующих качеств. Это: патриотизм, честность и справедливость; ответственность, сострадание и самоотверженность, трудолюбие и добросовестность, бережное отношение к природе и приверженность принципам устойчивого развития.

Вклад в формирование основных компетенций направлен на формирование информационно-цифровых, когнитивно-деятельностных, социально-коммуникативных и эмоционально-личностных компетенций и требует, чтобы они имели место на репродуктивном, продуктивном и творческом уровнях.

Воспитание ученика как личности означает, что он должен быть независимым человеком, ответственным за свое обучение и воспитание, способным адаптироваться к любым обстоятельствам, иметь устойчивый

взгляд на жизнь, осознавать себя, мыслить независимо и критически, ценить ситуации, продуктивно общаться.

Формирование компетенций, присущих предмету физического воспитания, означает приобретение соответствующих знаний, умений и навыков. Они подразумевают формирование у учащихся структурного фонда движений, характерных для возраста учащегося, широко распространенных в реальной жизни, достижение их правильного и регулярного выполнения, приобретение соответствующих знаний.

Вышеупомянутые теоретические положения определяют концептуальную основу и особенности предмета физического воспитания в начальной школе.

Цель предмета состоит в том, чтобы сформировать двигательный фонд, физическую подготовленность, физическое развитие и здоровый образ жизни, основанный на основных ценностях, компетенциях и становлении учащегося как личности.

Задачи предмета подразделяются в 3 группы. Ими являются:

1. Образовательные задачи - приобретение знаний, умений, навыков, компетенций и функциональной грамотности, обеспечивающих эффективность физического воспитания.

2. Воспитательные задачи - формирование у ученика духовно-нравственных базовых ценностей, опирающихся на его возраст и мировоззрение, и воспитание его как личности.

3. Развивающие задачи - признание необходимости физического воспитания, формирование здорового образа жизни учащегося, основанного на интересе к нему, культуре движений, физическом, физически зрелом развитии.

Методологические подходы. В целях улучшения качества уроков физической культуры, укрепления здоровья учащихся, формирования интереса к спорту и двигательной активности применяются следующие методологические подходы.

1. Индивидуальный подход к ученику - учет физического состояния, уровня подготовки и способностей ученика, на основе которого определяются средства, методы и физические нагрузки физического воспитания во время занятий в соответствии с полом, возрастом и способностями учащегося.

2. Системный подход - последовательное выполнение требований формальной учебной программы при проведении уроков физической культуры, целенаправленная реализация годового плана-графика, рабочего плана работы на четверть, разработанного с учетом возможностей учебного заведения и особенностей региона, обучение с регулярным использованием и повторением средств физической культуры.

3. Сочетание теории и практики заключается в предоставлении знаний о целенаправленном выполнении физических упражнений, правильном питании, соблюдении распорядка дня и формировании здорового образа

жизни, формировании умений и навыков с практической точки зрения и объяснении учащимся научных основ движения.

4. Поддержание безопасности и здоровья - предотвращение любых травм, связанных с активными движениями ученика на уроке физического воспитания, физическая нагрузка в зависимости от способностей и соблюдение режима отдыха.

5. Управление игровым и соревновательным отношением – организация игр, соревновательных эстафет, соревнований, конкурсов с целью повышения интереса учащихся к спорту и формированию здорового образа жизни.

РАЗДЕЛ II. ПРЕДМЕТНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ:

Ожидаемые результаты от преподавания предмета признаются в порядке предметных компетенций по 3 направлениям. Они:

1. Компетентность учащегося в области физического воспитания - характеризуется наличием двигательной культуры, физического развития и физической подготовленности, наличием специализированных знаний, умений и навыков.

2. Компетентность ученика в формировании личности - патриотическая, честная и справедливая в деятельности, связанной с физическим воспитанием; означает ответственность, сострадание и самоотверженность, трудолюбие и порядочность, бережное отношение к природе и приверженность принципам устойчивого развития.

3. Компетентность учащегося в ведении здорового образа жизни означает признание необходимости формирования физической культуры, соблюдение официально утвержденных норм и требований общей физической подготовки и соблюдение правил здорового образа жизни.

РАЗДЕЛ III. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЕ ЛИНИИ

Предмет физического воспитания состоит из двух частей. Первый называется базовой частью, а второй – вариативной частью. Базовая часть осуществляется на основе учебной программы, утвержденной Министерством образования и науки Кыргызской Республики в объеме 48 часов и является обязательной для всех учебных заведений. Вариативная часть в объеме 20 часов разрабатывается учителем физической культуры самостоятельно и состоит из занятий наиболее распространенными в регионе видами спорта, либо из углубленного обучения средствами, предусмотренными в базисной части. При определении вариативной части учитывается наличие соответствующей материально-технической базы, профессиональной подготовки и предложения местного органа управления образованием. Предмет физкультуры преподается каждый учебный год в объеме 66 часов в 1-2 классах и 68 часов в 3-6 классах.

Содержание предмета физического воспитания включает базовую и вариативную части. В базовой части реализуется содержание двух направлений: 1) “обучение движениям и навыкам”, 2) “развитие физических качеств”. Содержательные линии первого направления требуют обучения элементам основной гимнастики, подвижным играм, упрощенным видам спортивных игр, различным эстафетам, прыжкам, пробежкам, формируют двигательный фонд учащегося. Содержательные линии второго направления обеспечивают общую физическую подготовку учащегося за счет развития пяти физических качеств. Это качества силы, скорости, ловкости, гибкости и выносливости.

При разработке содержания вариативной части упор делается на подвижные игры, широкое использование их национальных разновидностей. Плавание, катание на лыжах, художественная гимнастика и другие виды спорта используются как средство, когда позволяет материально-техническая база и кадровый потенциал школы.

Интерпретация, учебные нагрузки, ожидаемые результаты, методы оценки и критерии в отношении базовой и вариативной частей, содержательных линий указываются в официально утвержденной учебной программе физического воспитания.

РАЗДЕЛ IV. МЕТОДЫ/ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

Процесс физического воспитания в начальной школе осуществляется в 3 формах: 1) урок физической культуры; 2) внеклассные мероприятия; 3) внешкольные физкультурно-массовые мероприятия.

Урок физической культуры является основной формой процесса физического воспитания. На уроке физической культуры происходит формирование двигательного фонда ученика, обучение навыкам и умениям, имеющим прикладное значение в жизни, формирование здорового образа жизни путем воспитания физических качеств.

Формирование фонда двигательной активности ученика требует физической развития в зависимости от возрастных особенностей, установления состава и объема деятельности, играющей важную роль в повседневной жизни, соблюдения закономерностей при обучении упражнениям, дидактических принципов. Обучение движению состоит из определения четких, понятных и ясных задач и, как правило, состоит из 3 этапов. Первый этап обеспечивает “начальную школу” движения (обучение выполнению простых упражнений и управлению ими). На втором этапе происходит освоение ”подводящих упражнений” (создание соответствующей базы для освоения более сложных форм движения и развития физических качеств). На этапе осуществляется доведение каждого движения до ”совершенного уровня” (подготовка к широкому использованию в повседневной жизни). Вышеупомянутые этапы занимают разное количество

времени и меняют методику обучения в зависимости от характера и сложности движений, составляющих предмет обучения.

Процесс обучения и применение соответствующих методов будет зависеть от количества движений, сложности и наличия характерных для них фаз. В этом плане учитываются особенности черт техники их выполнения, проявляемые в пространстве, во времени, в пространственно-временном аспекте, а также в затратах усилий на движение, играющие важную роль. Доведение движения до совершенного уровня сопровождается развитием координационных способностей и их ритмической структуры. Такие предпосылки являются основой для правильного выбора основного метода обучения движению. В связи с этим используется обучение простым движениям целиком, а сложным-по частям. При обучении движению в целом значительное внимание уделяется различению подготовительной, основной и заключительной фаз, характерных для выполнения упражнения, организации обучения каждой из них самостоятельно и обеспечению взаимосвязи фаз. Также учитывается, какое физическое качество в какой степени влияет на качественное выполнение того или иного движения. В этом случае эффективнее всего заранее поработать над развитием соответствующих физических качеств, а затем приступить к овладению движением.

Урок физической культуры состоит из подготовительной, основной и заключительной частей. Подготовительная часть направлена на подготовку организма учащегося к предстоящим физическим нагрузкам, в содержательном аспекте широко используются общеразвивающие и подготовительные упражнения. Основная часть урока включает в себя обучение новым упражнениям, повторение ранее освоенных упражнений, воспитание основных физических качеств. В заключительной части решается задача восстановления организма в результате выполнения физической нагрузки, эмоционального напряжения в соревновательной деятельности, имеющего место при выполнении заданий различного направления и нагрузки.

На уроках физического воспитания используются методы различного состава и технологии, обеспечивающие их эффективность. Они:

а) методы обучения: методы передачи знаний (словесные и демонстрационные методы), практические методы обучения (целостное обучение движениям и обучение по частям), методы предупреждения, исправления и устранения ошибок (обучение подводящим упражнениям, изменение основ техники, использование ориентиров), методы проверки результатов (педагогические, биомеханические и физиологические;

б) методы физического воспитания: методы строго-регламентированного упражнения, игровые методы, соревновательные методы;

в) методы выполнения: методы одновременного, группового, индивидуального, поочередного, поточного выполнения;

г) **технологии:** традиционное обучение, развивающее обучение, индивидуальное обучение, ориентированное на учащегося, технологии дифференцированного обучения.

РАЗДЕЛ V. ОЦЕНКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

Образовательные достижения учащегося на уроке физической культуры оцениваются предметными компетенциями, характеризующими реализацию образовательных, воспитательных и развивающих задач и соответствующих содержательных линий.

Реализация **образовательных задач** урока характеризуется формированием у учащегося компетентности в области физической культуры. Предметом оценки признается правильное, точное и качественное выполнение упражнений, элементов, комбинаций, предусмотренных учебной программой, наличие теоретических знаний, характеризующих двигательный состав, активность, культуру, физическую подготовленность и физическое развитие, сформулированных в общем итоговом порядке. Во время урока учитель дает краткие исторические, педагогические и физиологические знания, а ученики пытаются собрать информацию самостоятельно после урока. Теоретическая проверка, качественная характеристика и убедительная ориентация используются в качестве основных методов оценки.

Реализация **воспитательных задач** урока характеризуется становлением ученика как личности. Предметом оценки признается честность и добросовестность ученика в выполнении физических упражнений, заданий, поставленных учителем, и соревновательной деятельности, самоотверженность и ответственность по отношению к другим ученикам, а также честность во время соревнований. В качестве основного метода используется педагогическое наблюдение, результаты которого сообщаются учащемуся в виде обратной информации, а также даются советы и краткие характеристики учащемуся с целью повышения эффективности урока физического воспитания.

Развивающие задачи урока направлены на формирование компетентности учащегося в направлении здорового образа жизни. Стремление учащегося к здоровому образу жизни, физическому росту и физической зрелости является предметом оценки. Предметом оценки признается эмоциональное (психологическое) и социальное здоровье, физическая подготовленность и физическое развитие учащегося. Учитель наблюдает за состоянием самосознания ученика, взаимоотношениями учеников, умением справляться с возникающими трудностями, отношением к спортивному инвентарю, снаряжению, поставленным задачам, поведением в игровой, особенно соревновательной, деятельности. Улыбка на лице учащегося, чистота кожи, свобода движений, отзывчивость, бережное отношение к окружающей среде и информация в медицинской карте

формируют общее мнение о здоровом образе жизни учащегося. Каждые шесть месяцев учащийся должен проходить медицинское обследование, на основании результатов которого будет уточняться продление права на участие в занятиях по физическому воспитанию.

Ожидаемые результаты

Задачи	Ожидаемые результаты и предмет оценки	Методы оценки
Образовательные – качественное выполнение физических упражнений	Активность учащегося при выполнении упражнений, культура и наличие соответствующей информации	Педагогическое наблюдение; Качественные характеристики; Проверка собеседованием.
Воспитательные – формирование личностных качеств, основанных на честности и добросовестности	Честность и добросовестность; Сострадание к другому ученику; Патриотизм.	Педагогическое наблюдение. Ориентация на добрые поступки
Развивающие – формирование здорового образа жизни	Физического развитие Эмоциональное и социальное здоровье Физическая подготовленность	Индекс Кетле Педагогическое наблюдение Медицинский осмотр Тестирование

При оценке физического развития учащегося используется индекс массы тела (индекс Кетле), в телосложении – отсутствие каких-либо дефектов, в общей физической подготовленности – уровень проявления силы, скорости, ловкости, гибкости и выносливости, оцениваемые общепринятыми тестами.

Описания стремления ученика к здоровому образу жизни, физической подготовленности и физическому развитию оцениваются учителем с учетом его половых и возрастных характеристик. Состав тестов, критерии оценки индексов рассматриваются в учебной программе.

При оценке образовательных достижений учащихся используются ее диагностический, формирующий (формативный) и итоговый (суммативный) виды. Диагностическая оценка используется для предварительной оценки успеваемости учащегося. Определяется исходный показатель предметной компетентности учащегося, и он сравнивается с формальными критериями. Полученный результат признается обобщенным описанием и используется в целях включения дополнений в содержание урока физической культуры, повышения качества урока.

Формирующая оценка определяет уровень усвоения учащимся содержания учебной программы, индивидуальный темп усвоения и дает учащемуся персонализированные рекомендации для обеспечения успеха. Основанием для внесения соответствующих уточнений, изменений и дополнений в планирование учебного процесса является.

Итоговая оценка проводится в текущем, промежуточном и итоговом форматах и определяет индивидуальный уровень подготовки учащегося. Текущая оценка проводится учителем физкультуры, а иногда и самим учеником, и организуется с учетом норм и требований, предусмотренных учебной программой. Промежуточная оценка проводится после реализации соответствующей содержательной линии на основе норм и требований, изложенных в учебной программе. Итоговая оценка организуется по окончании учебной четверти, полугодия и учебного года в соответствии с календарным планом.

Оценка проводится с учетом индивидуальных особенностей учащихся в следующем порядке: при оценке успеваемости учащихся 1-3 классов используется метод описания достигнутого ими успеха. Система балльной отметки, основанная на критериальных нормах и требованиях, вводится с 4 класса и сопровождается качественными описательными методами оценки. При оценке успеваемости учащегося используются организация обратной связи, определение личного прогресса учащегося и различные формы оценки (самооценка, взаимная оценка, подготовка портфолио, разработка Карты развития). Как правило, подводятся итоги каждой четверти, заполняется табель успеваемости учащихся, начиная с 4 класса, подготавливается сопроводительное повествование и предоставляется информация родителям.

РАЗДЕЛ VI. МИНИМАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К РЕСУРСНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ ПРЕДМЕТА

Ресурсное обеспечение урока физической культуры возлагается на администрацию образовательных организаций и состоит из:

- турники разной высоты, кольца, брусья, параллельные брусья, платформы, лестницы, канаты и гимнастические скамьи;
- простые тренажеры, которые улучшают координацию движений, обеспечивают равновесие и развивают качества силы и ловкости;
- гимнастические коврики, обеспечивающие выполнение физических упражнений сидя на полу;
- гантели, эспандеры, используемые для развития силовых качеств;
- флаги, кегли, канаты, скакалки, круги, обручи, арки, воздушные шары и мячи, используемые для организации различных подвижных игр, эстафет.

Занятия по физическому воспитанию проводятся поздней осенью, зимой и ранней весной в спортивном зале, а в остальное время - на спортивной площадке под открытым небом. Обеспечение освещенности, тепла, чистоты, размещения оборудования и инвентаря спортивных залов осуществляется с

учетом санитарно-гигиенических норм и правил, требований обеспечения пожарной и электробезопасности, установленных официальными нормативными и правовыми актами.

ГЛАВА VII. СОЗДАНИЕ МОТИВИРУЮЩЕЙ И БЕЗОПАСНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

С целью создания мотивирующей и безопасной образовательной среды необходимо:

а) обязанности учителя физической культуры:

- пребывание в спортивном зале (спортивной площадке) во время занятий;
- проведение урока на основе плана работы и обеспечение выполнения его воспитательных, образовательных и развивающих задач;
- обеспечение безопасности учащихся до, во время и после уроков. Контроль за поведением и взаимодействием учащихся в раздевалке перед уроком; контроль за взаимодействием учащихся друг с другом во время урока, ограничение доступа к оборудованию, не имеющим отношения к выполнению задания; предотвращение продолжения чувства победы или поражения в раздевалке в момент проведения соревновательной деятельности после урока, насмешек, унижающих достоинство проигравших;
- обеспечение эмоционального климата в классе, т. е. комфортное начало и окончание урока, приятный голос учителя, веселое настроение, умение создать приятную обстановку с детьми;
- наблюдение за успехами каждого учащегося, поощрение за успехи, в том числе обеспечение поддержки и помощи в случае возникновения трудностей.
- совместная подготовка учащихся к занятиям в целях обеспечения безопасности (подготовка рабочего места, спортивного инвентаря), приведение детей в порядок, помощь в создании рабочей среды, предотвращение любых беспорядков, предварительное ознакомление и соблюдение соответствующих правил.

б) обязанности учащихся:

- не выходить из спортивного зала (спортивной площадки) без разрешения учителя;
- не толкаться друг с другом, не ставить подножки, не лазить по оборудованию, не висеть на гимнастическом кольце, не мешать при объяснении задач и выполнении упражнений, не отвлекаться, не выполнять упражнения мокрыми руками;
- не приносить в спортивный зал верхнюю одежду и предметы, не связанные с физкультурой, одевать спортивную форму и обувь с нескользящей подошвой,

- поддерживать чистоты тела, предотвращение врастания ногтей и соблюдение личной гигиены;
- слушать учителя, выполнять все упражнения во время урока, не брать спортивное снаряжение без разрешения учителя;
- сообщать учителю о своем состоянии в случае ухудшения здоровья и плохого самочувствия.

Перечень нормативных и правовых актов

1. Кыргыз Республикасынын мектептик жалпы билим берүүнүн мамлекеттик билим берүү стандарты. Кыргыз Республикасынын Министрлер Кабинетинин 14.03.2025-ж № 131 токтому менен бекитилген [Электрондук ресурс] <https://www.gov.kg/ky/npa/s/4624>.

2. Кыргыз Республикасынын мыйзамы “Билим берүү жөнүндө”. 2023-жылдын 11-августу № 179 [Электрондук ресурс] <https://cbd.minjust.gov.kg/4-3419/edition/1273902/kg>.

3. Кыргыз Республикасынын мыйзамы “Дене тарбия жана спорт жөнүндө”. 2000-жылдын 21-январы № 36 [Электрондук ресурс] <https://cbd.minjust.gov.kg/441/edition/17599/kg>

4. Кыргыз Республикасынын Президентинин Жарлыгы “Инсандын руханий-адеп-ахлактык өнүгүүсү жана дене тарбиясы жөнүндө”. 2021-жылдын 29-январы ПЖ № 1 [Электрондук ресурс] <https://cbd.minjust.gov.kg/430336/edition/1038322/kg>

5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях. (В редакции постановления Правительства КР от 17 июня 2019 года № 295). [Электрондук ресурс] <https://cbd.minjust.gov.kg/11948/edition/954726/ru>