

Министерство образования и науки Кыргызской Республики

Кыргызская академия образования



**Предметный стандарт
«Физическая культура»**

**для 1-5 классов общеобразовательных организаций
Кыргызской Республики**

Бишкек – 2022

Предметный стандарт «Физическая культура» для 1-5 классов общеобразовательных организаций Кыргызской Республики. – Бишкек, 2022. – 31 с.

Разработчики:

- Мамытов А.М.** – г.н.с., д.п.н., проф. лаборатории технологии, искусства и культуры здоровья Кыргызской академии образования;
- Мамбетова М.К.** – заведующая кафедрой теории и методики физической культуры Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта;
- Арыкова Ч.Н.** – ст. преподаватель кафедры спортивных игр Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта;
- Перепичай Н.А.** – учитель физической культуры средней школы № 1 Сокулукского района
- Касымов Э.Т.** – научный сотрудник лаборатории школьного образования Кыргызской академии образования.

Рецензенты:

- Иманалиев Т.Т.** – кандидат педагогических наук, профессор кафедры теории и методики физической культуры Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта.

Предметный стандарт «Физическая культура» для 1-5 классов общеобразовательных школ разработан на основе Государственного образовательного стандарта школьного общего образования Кыргызской Республики, утвержденного постановлением Кабинета Министров Кыргызской Республики от 22 июля 2022 года № 393.

Предметный стандарт реализует и конкретизирует требования Государственного стандарта к результатам начального общего образования, обеспечивает преемственность и последовательность внутри образовательной области «Культура здоровья», регламентирует образовательные результаты обучающихся начальной школы, способы их достижения, измерения в рамках предмета «Физическая культура» и является обязательным для всех видов образовательных организаций вне зависимости от форм получения образования.

На основе предметного стандарта разрабатывается учебная программа, учебник/учебно-методический комплекс и учебно-методические материалы по физической культуре для начальной школы Кыргызской Республики.

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	4
1.1. Статус и структура предметного стандарта	4
1.2. Система основных нормативных документов по физической культуре	4
1.3. Основные понятия и термины	5
РАЗДЕЛ 2. КОНЦЕПЦИЯ ПРЕДМЕТА	8
2.1. Цели и задачи обучения физической культуре	8
2.2. Методология построения предмета физическая культура в начальной школе	9
2.3. Предметные компетентности, формируемые на уроках физической культуры в начальной школе	10
2.4. Связь предметных и ключевых компетентностей	11
2.5. Содержательные линии. Распределение учебного материала по классам и содержательным линиям	12
2.6. Межпредметные связи. Сквозные тематические линии	18
РАЗДЕЛ 3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ОЦЕНИВАНИЕ	19
3.1. Ожидаемые результаты обучения учащихся по предмету «Физическая культура» (по ступеням и классам)	19
3.2. Основные стратегии оценивания учебных достижений учащихся начальных классов по предмету “Физическая культура”	24
РАЗДЕЛ 4. ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	28
4.1. Основные требования к методике обучения предмету «Физическая культура» в начальной школе	28
4.2. Минимальные требования к ресурсному обеспечению	30
4.3. Создание мотивирующей и безопасной обучающей среды	30
ЛИТЕРАТУРА	32

РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Статус и структура предметного стандарта

Предметный стандарт по физической культуре для 1-5 классов (далее – предметный стандарт) представляет собой документ, реализующий и конкретизирующий требования Государственного образовательного стандарта школьного общего образования Кыргызской Республики к результатам начального общего образования, обеспечивает преемственность и последовательность внутри образовательной области «Культура здоровья», регламентирует образовательные результаты обучающихся 1-5 классов, способы их достижения, измерения в рамках организации учебного процесса по предмету «Физическая культура» и является обязательным для всех видов образовательных организаций вне зависимости от форм получения образования. На основе настоящего предметного стандарта разрабатываются учебная программа, учебник/учебно-методический комплекс и учебно-методические материалы по физической культуре для учащихся начальных классов.

Предметный стандарт:

- формирует содержание учебного процесса по предмету «Физическая культура» на компетентностной основе;
- реализует заявленные цели образовательной области «Культура здоровья» на начальной ступени школьного общего образования;
- является основой разработки учебной программы, учебника/учебно-методического комплекса и учебно-методических материалов по физической культуре в начальной школе независимо от их организационно-правовой формы и формы собственности;
- является базой, обеспечивающей преемственность результатов физического воспитания выпускников начальной школы на последующей основной ступени школьного общего образования;
- способствует интеграции содержания физического воспитания с другими предметами начального общего образования;
- устанавливает результаты занятий физической культурой в начальной школе и способы их объективной оценки.

Структурно предметный стандарт состоит из 4-х разделов:

1. Общие положения.
2. Концепция предмета.
3. Образовательные результаты и их оценивание.
4. Требования к организации образовательного процесса.

1.2. Система нормативных документов для общеобразовательных организаций.

Предметный стандарт разработан на основе следующих нормативных документов:

1. Государственный образовательный стандарт школьного общего образования Кыргызской Республики (Постановление Кабинета Министров Кыргызской Республики 393 от 22 июля 2022 года).

2. Закон Кыргызской Республики «Об образовании» от 30 апреля 2003 г., № 92.
3. Закон Кыргызской Республики «О физической культуре и спорте» от 21 января 2000 года, № 36.
4. Программа развития образования в Кыргызской Республике на 2021-2040 гг. Постановление Правительства от 4 мая 2021 года № 200.
5. Указ Президента Кыргызской Республики от 29 января 2021 года «Концепция о духовно-нравственном развитии и физическом воспитании личности».
6. «О внесении изменений в некоторые решения Правительства Кыргызской Республики по вопросам повышения безопасности образовательной среды в общеобразовательных организациях» // Постановление Правительства КР № 295 (в редакции постановлений Правительства КР от 17 января 2020 года № 12, 5 марта 2021 года № 72), пункт 107.
7. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях" (утверждены постановлением Правительства Кыргызской Республики от 11 апреля 2016 года № 201).

1.3. Основные понятия и термины

Безопасная среда для занятий физической культурой – среда, обеспечивающая условия физического воспитания учащихся начальных классов, при которых воздействие вредных или опасных факторов на обучающихся исключено, либо уровни их воздействия не превышают установленных норм.

Диагностическое оценивание процесса физического воспитания учащихся начальных классов – процесс определения начального уровня сформированности ключевых и предметных компетентностей по физической культуре для последующей оценки их прогресса.

Знания, приобретаемые на уроках физической культуры – совокупность и система специализированной информации социального, медико-биологического, собственно-педагогического и организационно-методического характера, отражающие различные аспекты физического воспитания обучающегося.

Интеграция - процесс установления связей и обеспечения взаимодействия между структурными компонентами содержания в рамках отдельных предметов и образовательных областей, направленный на формирование у обучающихся начальной школы целостного восприятия мира и развития ключевых компетентностей.

Качество физической культуры учащихся начальной школы – степень соответствия результата занятий физической культурой ожиданиям различных субъектов начального образования (обучающихся, учителей, родителей, общества) и поставленным образовательным целям и задачам в начальной школе.

Ключевые компетентности, формируемые на уроках физической культуры – измеряемые результаты занятий физической культурой, определяемые в соответствии с социальным и государственным заказом, обладающие многофункциональностью и надпредметностью, реализуемые на базе учебного предмета «Физическая культура» и базирующиеся на социальном опыте учащихся начальной школы.

Компетентность, формируемая на уроках физической культуры –

интегрированная способность учащегося начальной школы самостоятельно применять различные элементы знаний и умений в определенной ситуации (учебной и личностной).

Компетенция, формируемая на уроках физической культуры – заранее заданное социальное требование (нормы и требования физической и образовательной подготовленности), необходимое для эффективной продуктивной деятельности учащегося начальной школы.

Критериальное оценивание, используемое на уроках физической культуры – оценивание, основанное на сравнении учебных достижений обучающихся начальной школы с четко определенными, коллективно выработанными, заранее известными всем участникам процесса физического воспитания критериям, соответствующим целям и содержанию образования, способствующими формированию компетентностей учащихся.

Навыки, формируемые на уроках физической культуры – двигательные действия, которые осваиваются в результате многократного повторения и имеют автоматизированный компонент.

Образовательный процесс по физической культуре – организованный процесс обучения двигательным действиям и воспитания основных физических качеств в форме различных видов занятий с непосредственным участием учителя и самостоятельных занятий обучающихся, а также приемов зачетов и нормативов физической подготовленности обучающихся различных классов и выпускников начальной школы.

Образовательный результат занятий физической культурой – совокупность образовательных достижений обучающихся начальной школы, выраженных в уровне овладения ключевыми и предметными компетентностями.

Образовательная среда для занятий физической культурой – совокупность специально организованных условий, процессов и социальных взаимодействий, оказывающих обучающее и воспитывающее влияние на учащихся начальной школы.

Обучение двигательным действиям – целенаправленный процесс организации деятельности обучающихся начальной школы по овладению знаниями, умениями, навыками и компетентностями, приобретению опыта применения знаний в повседневной жизни и формированию у обучающихся мотивации занятий физической культурой в течение всей жизни.

Отметка на уроках физической культуры – символ, количественное выражение оценки учебных достижений обучающихся начальной школы.

Оценка на уроках физической культуры – количественное и качественное отражение результатов оценивания обучающихся начальной школы.

Оценивание на уроках физической культуры – процесс измерения, интерпретации и анализа физической подготовленности и познавательной деятельности обучающихся начальных классов, направленные на их этическое и интеллектуальное развитие и приобретенное ими жизненно необходимых компетентностей, а также осуществления обратной связи с обучающимися, учителями и родителями для определения соответствия результатов данной деятельности требованиям Государственного и предметного стандартов с целью улучшения качества образования.

Предметные компетентности, формируемые на уроках физической культуры – совокупность образовательных результатов, представленные в виде компетентностей, обеспечивающих физическое, эмоциональное (психологическое), социальное здоровье учащегося, а также компетентность, обеспечивающая культуру выполнения физических

упражнений, нацеленных на решение той или иной жизненно значимой задачи.

Проектное обучение на уроках физической культуры – педагогическая технология, обеспечивающая организацию когнитивной (познавательной), аффективной (эмоционально-ценностной) и поведенческой деятельности обучающихся начальных классов, ориентированной на результат, который получается при решении практически и теоретически значимой проблемы, предполагающей самостоятельную и групповую деятельность обучающихся.

Система оценивания на уроках физической культуры – основное средство измерения достижений и диагностика проблем обучения двигательным действиям и уровня физической подготовленности, осуществления обратной связи, оповещения учителей, обучающихся, родителей, государственных и общественных структур о состоянии, проблемах и достижениях в области физического воспитания учащихся начальных классов.

Социально-эмоциональное развитие учащихся начальных классов средствами физической культуры – целенаправленное развитие у обучающихся осознанного эмоционально-положительного отношения к себе, другим людям, окружающими миру, умение соотносить эмоциональное состояние самого себя и других, а также развитие социально-значимых навыков поведения в обществе.

Суммативное оценивание на уроках физической культуры – определение степени достижения обучающимися результатов обучения, которые выражаются в отметке; суммативное оценивание может быть текущим, промежуточным и итоговым.

Технология обучения, используемая на уроках физической культуры – система приемов и методов организации учебного процесса, направленная на достижение и измерение целей и результатов образования.

Учебная программа предмета «Физическая культура» – документ, разработанный на основе предметного стандарта и распределяющий содержание предмета по темам, разделам и периодам обучения, регламентирующий организационно-педагогические условия, включаемое примерное календарно-тематическое планирование и формы оценивания достижений обучающихся начальной школы.

Умение, формируемое на уроках физической культуры – способность сознательно использовать свои физические возможности при решении непосредственно и опосредственно-прикладных задач различной сложности. Конечным показателем умелости учащегося/учащейся служит целесообразность и результативность его двигательной деятельности.

Физическая культура – как часть культуры общества включает всё то, ценное, что создано, создаётся и функционирует в обществе в качестве специфических факторов физической подготовки к определённой деятельности, оптимизации его физического состояния и направленного развития на этой основе человеческих способностей.

Физическое воспитание – специально организованный педагогический процесс, направленный на достижение физического совершенства, которое выступает в единстве с духовным богатством и моральной чистотой. По своей социальной направленностью данный процесс представляет собой подготовку детей к трудовой и оборонной деятельности.

Физическое развитие (как педагогическое понятие) – развитие физических способностей, совершенствования форм и функций организма под влиянием воспитания и других условий.

Физическая подготовленность – уровень подготовленности учащихся к конкретной деятельности: спортивной, игровой, трудовой, военной и др. Уровень физической подготовленности характеризуется развитием силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости.

Формативное оценивание на уроках физической культуры – оценивание, которое обеспечивает учителя важной информацией о том, на каком уровне находятся обучающиеся в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, где они испытывают трудности и какие последующие шаги следует предпринять учителю и обучающемуся, чтобы улучшить их показатели.

Функциональная грамотность, формируемая на уроках физической культуры – способность использовать постоянно приобретаемые в процессе физического воспитания знания, умения и навыки для решения широкого диапазона практических и жизненных задач в различных сферах человеческой деятельности, общения и социальных отношений.

Цель физического воспитания в начальной школе – заданные и описанные наперед условия и способы деятельности обучающегося в будущем; его способности к возможным видам деятельности, приобретаемые им в результате занятий физической культурой.

РАЗДЕЛ 2. КОНЦЕПЦИЯ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

2.1. Цели и задачи обучения физической культуре

Целью учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе является формирование физической культуры личности учащегося на основе освоения знаний, умений, навыков и компетенций, формируемых в процессе его физического воспитания в школе. Она предполагает достижение должной физической подготовленности, навыков здорового и безопасного образа жизни, социально приемлемого поведения, взаимодействия со сверстниками, осуществляемых в процессе целенаправленной и мотивированной учебной деятельности, применения самостоятельной и групповой форм работы, создания благоприятной обучающей среды.

Организация учебного процесса по предмету «Физическая культура» призвана решать следующие задачи:

Образовательные задачи, нацеленные на приобретение учащимися:

- знаний об основах техники выполнения физических упражнений, о влиянии физических упражнений на здоровье ученика, на формирование осанки, об основах здорового образа жизни, о режиме дня и личной гигиены;
- знаний о названиях спортивного инвентаря и оборудования, об основах техники безопасности на уроках физической культуры, об основах правил организации подвижных и об упрощённых правилах спортивных игр;
- умений сознательно использовать свои физические возможности при решении задач различной сложности;
- навыков по выполнению двигательных действий, связанных с выполнением физических упражнений, сохранением и улучшением здоровья и освоения основ безопасности жизнедеятельности

- ключевых компетентностей (информационная, социально-коммуникативная и компетентность самопознания и разрешения проблем), формируемых ресурсами учебного предмета «Физическая культура», и базирующихся на социальном опыте учащихся начальной школы;
- предметных компетентностей в виде совокупности образовательных результатов, достигаемых при реализации учебной программы по предмету «Физическая культура».

Оздоровительные задачи, нацеленные на:

- развитие основных физических качеств и на этой основе осуществление всесторонней физической подготовки;
- содействие физическому развитию учащихся, формированию правильной осанки, укреплению здоровья и закаливанию организма;
- формирование умений для самостоятельных занятий физическими упражнениями, прививая потребности к регулярным занятиям ими, обеспечивая физическое, эмоциональное и социальное здоровье учащихся.

Воспитательные задачи, нацеленные на формирование:

- умения взаимодействовать в группе и в команде, создавая благоприятные условия для осуществления состязательной деятельности при выполнении физических упражнений и игр в подвижные игры;
- толерантности, равного и справедливого доступа к выполнению физических упражнений на принципах инклюзии и гендерного равенства;
- трудолюбия и способности к принятию самостоятельных решений, формируя желание и умение учиться и самосовершенствоваться на протяжении всей жизни.

2.2. Методология построения предмета «Физическая культура» в начальной школе

Содержание предмета «Физическая культура» в начальной школе состоит из двух разделов (обучение двигательным действиям и развитие физических качеств) и реализуется двумя самостоятельными частями учебной программы (базовая и вариативная части). Учебный материал, включенный в обязательную часть учебной программы, должен реализовываться в объеме 48 часов в учебном году, и его освоение является обязательным для всех организаций образования вне зависимости от их вида и форм собственности. Учебный материал вариативной части программы (20 часов) разрабатывается учителем физической культуры самостоятельно с учетом особенностей региона и рекомендаций местного органа управления образованием. Общий объем учебной нагрузки в учебному году по предмету «Физическая культура» в начальной школе составляет 68 часов.

Предметный стандарт предписывает, чтобы учитель физической культуры принял меры по неукоснительной реализации принципов физического воспитания подрастающего поколения, т.е. гармоничного развития личности учащегося, обеспечения оздоровительной направленности проводимых занятий физической культурой и достижение необходимой их связи с практикой жизни. При обучении двигательным действиям ключевое значение имеет соблюдение требований таких методических принципов, как принципы активности, сознательности, прочности, доступности, систематичности и индивидуализации. Уроки

физической культуры, проводимые в начальной школе, преимущественно должны носить комплексный и игровой характер, предусматривать использование разнообразных средств физической культуры, разновидностей методов физического воспитания, обучения двигательным действиям, выполнения физических упражнений и организации занятий.

Эффективность учебного процесса физического воспитания учащихся начальных классов определяется достижением ожидаемых результатов обучения, выраженных в установленных государством норм и требований физической подготовленности, а также становлением личностных качеств обучающихся, которые выражены в таких ценностях, как любовь к Родине, уважение национальных традиций, проявление толерантного поведения и взаимопомощи.

2.3. Предметные компетентности, формируемые на уроках физической культуры в начальной школе

Компетентность, обеспечивающая физическое здоровье учащегося - способность учащегося самостоятельно применять основы специализированных знаний, умений и навыков, приобретаемых на уроках физической культуры, в целях нормального функционирования органов и систем организма. Физическое здоровье представляет собой состояние организма, которое характеризуется уровнем физического развития и физической (функциональной) подготовленностью организма к выполнению физических нагрузок различного характера. Критериями физического здоровья учащихся начальных классов являются весо-ростовые показатели, характеристика осанки, показатели силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости, демонстрируемые при выполнении установленных норм и требований. Обобщенными критериями физического здоровья учащегося является отсутствие болезней и физических дефектов в телосложении. Признаками отсутствия дефектов в телосложении являются положение спины (она прямая), правильная походка, уверенные движения, чистая кожа и улыбка на лице.

Компетентность, обеспечивающая эмоциональное (психологическое) здоровье учащегося – способность учащегося применять основы знаний, умений и навыков, приобретаемых на уроках физической культуры, в целях достижения собственного психологического благополучия. Психологическое благополучие обеспечивается самоощущением ученика, качеством социальных отношений, имеющих место в процессе физического воспитания, а также умением управлять своими эмоциями, том числе умением справляться с трудностями.

Компетентность, обеспечивающая социальное здоровье учащегося – способность учащегося применять основы знаний, умений и навыков, приобретаемых на уроках физической культуры, в целях установления надлежащего контакта с социумом. Социальное здоровье базируется на ценности нравственности личности и его уровень сформированности зависит от способности ученика приспосабливаться к условиям социальной среды. Критериями социального здоровья являются поведение учащегося, его социальная активность, способность взаимодействовать в команде, готовность нести ответственность за свои поступки, а также осознание значения ценностей физической культуры и спорта.

Двигательная компетентность – способность учащегося овладевать умениями и навыками выполнения элементов основной гимнастики, основами техники бега, прыжков,

метаний, многоскоков и акробатических упражнений в составе различных подвижных игр, а также упражнений, развивающих силу, быстроту, ловкость, гибкость и выносливость.

2.4. Связь ключевых и предметных компетентностей

Процесс физического воспитания учащихся начальных классов организуется таким образом, чтобы его совокупный образовательный результат, сформированный в виде предметный компетентностей, оказывал содействие формированию ключевых компетентностей. В этих целях весь учебный процесс ориентируется на развитие самостоятельности и ответственности учащегося, предусматривает включение разных видов учебной деятельности, проведение проектной и социальной работы, создание ситуации для приобретения обучающимися опыта постановки и достижения целей, а учителя демонстрируют компетентностный подход в своей образовательной деятельности. Таким образом уроки физической культуры оказывают содействие формированию таких ключевых компетентностей, как информационная, социально-коммуникативная и компетентность самопознания и разрешения проблем.

Информационная компетентность формируется мерами, обеспечивающими готовность и способность учащегося самостоятельно искать, анализировать, отбирать и обрабатывать информацию, полученную в процессе его физического воспитания, для осознанного ее применения в повседневной жизни и осуществления своей деятельности.

Социально-коммуникативная компетентность формируется мерами, принимаемые в процессе физического воспитания учащегося, которые нацелены на обеспечение их готовности соотносить свои устремления с интересами других учащихся, отстаивать свою точку зрения на основе признания разнообразия позиций и уважительного отношения к другим учащимся, идентифицируя себя в качестве «Кыргыз жараны». Особую ценность в этом плане представляет правильная организация состязательной деятельности, требующей соблюдения определенных правил поведения, в том числе связанного с соблюдением мер безопасности, обучение основам взаимодействия в группе и команде, в том числе и с соперниками.

Компетентности самопознания и разрешения проблем формируются мерами, принимаемыми в процессе физического воспитания учащегося, нацеленными на воспитание способности к познанию своих потенциальных и актуальных свойств, личностных и индивидуальных особенностей, своих отношений с другими учащимися. В своей основе такие меры способствуют изменению поведения учащегося, обнаруживать определенные проблемы и противоречия в информации, учебной и жизненной ситуациях и планировать их решение и разрешать самостоятельно или во взаимодействии с другими учащимися.

Основанием для определения уровней сформированности компетентностей является степень самостоятельности обучающегося и сложность использования видов деятельности при решении задачи. Выделяются три уровня сформированности ключевых компетентностей, которые должны учитываться при планировании результатов обучения и оценивания учебных достижений:

- репродуктивный, означающий умение обучающегося следовать заданному алгоритму выполнения действия (образцы);
- продуктивный, означающий способность обучающегося осуществлять простую по

составу деятельность, применять усвоенный алгоритм деятельности в новой ситуации;

- креативный, означающий способность обучающегося осуществлять сложносоставную деятельность с элементами самостоятельного конструирования и обоснования.

На начальной ступени школьного образования обучающиеся должны овладевать компетентностями всех уровней в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями и с учетом созданных образовательных условий.

Система ключевых и предметных компетентностей, предложенная в предметном стандарте, максимально нацелена на то, чтобы ученики к концу завершения обучения в начальной школе, могли овладеть информационными, социально-коммуникативными компетенциями и компетенциями самопознания и разрешения проблем, и были в состоянии соответствовать критериям оценки физического, эмоционального (психологического) и социального здоровья, указанным в следующем разделе настоящего документа.

2.5. Содержательные линии. Распределение учебного материала по классам и содержательным линиям

Содержание предмета «Физическая культура» для учащихся начальных классов реализуется на практических занятиях, предусматривающих освоение учебного материала, состоящих из следующих двух разделов: первый раздел «Обучение двигательным умениям и навыкам» и второй – «Развитие физических качеств». В рамках первого раздела реализуются такие содержательные линии, как «Элементы основной гимнастики» и «Подвижные игры с элементами бега, прыжков, метаний, многоскоков, акробатических упражнений и спортивных игр». В рамках второго раздела реализуются содержательные линии, предусматривающие развитие основных физических качеств, т.е. силы, быстроты, ловкости, выносливости и гибкости. Кроме этого, предметный стандарт предусматривает наличие содержательной линии, связанную с освоением определенной системы знаний, обозначаемых как «Основы знаний». Они используются в целях объяснения особенностей формирования двигательных умений и навыков и выполнения конкретных упражнений, которые используются для развития различных физических качеств. Кроме этого, в рамках указанной содержательной линии даются также информация о правилах игры в подвижные игры, об упрощенных правилах состязаний по игровым видам спорта, об основах организации самостоятельных занятий физической культурой в режиме дня, а также о способах осуществления самоконтроля. Такие сведения должны даваться по ходу уроков физической культуры в рамках даваемых конкретных заданий, в этой связи в учебном процессе не предусматривается проведение отдельных теоретических уроков.

Учебное время по классам и разделам предмета распределяются следующим образом (таблица 1):

Таблица 1. – Распределение учебного материала по классам и разделам предмета «Физическая культура» (в часах)

	Разделы предмета	Классы				
		1	2	3	4	5
1	Основы знаний	В процессе уроков				
2	Базовая часть:	48	48	48	48	48
3	Двигательные умения и навыки:					
	Элементы основной гимнастики	14	14	14	14	10
	Подвижные игры с элементами бега, прыжков, метаний, многоскоков, акробатических упражнений и спортивных игр	16	16	16	14	18
	Кроссовая подготовка	8	8	8	10	10
4	Развитие физических качеств:					
	Силы	2	2	2	2	2
	Быстроты	2	2	2	2	2
	Ловкости	2	2	2	2	2
	Гибкости	2	2	2	2	2
	Выносливости	2	2	2	2	2
4	Вариативная часть:	20	20	20	20	20
	Учебный материал, определяемый учителем физической культуры	10	10	10	10	10
	Учебный материал, рекомендуемый местным органом управления образованием	10	10	10	10	10

Учебный материал базовой части предмета «Физическая культура» по классам начальной школы распределяется следующим образом (Таблица 2)

Таблица 2. – Распределение учебного материала предмета «Физическая культура» по классам начальной школы (базовая часть)

Содержательные линии	Классы				
	1	2	3	4	5
Основы знаний	Правила поведения, режим дня, личная гигиена		Утренняя гимнастика, названия игр, инвентаря, оборудования, правила игр	Физические упражнения, влияющие на здоровье, осанку, дыхание при беге, названия упражнений, элементарные сведения о правилах соревнований	
1 РАЗДЕЛ: ДВИГАТЕЛЬНЫЕ УМЕНИЯ И НАВЫКИ					
Элементы основной гимнастики	Основная стойка, построения, простые перестроения, размыкания, повороты и выполнение команд		Размыкание и смыкание, перестроения, передвижение, выполнение команд	Выполнение команд, перестроения, передвижения	Выполнение команд, повороты, расчет по порядку, более сложные разновидности перестроений
Подвижные игры с элементами бега, прыжков, метаний, многоскоков, акробатических упражнений и спортивных игр	Ходьбы и его разновидности, в том числе в постепенном усложнении и в подсчет учителя; Равномерный бег на 500-1000 м с изменением его направления. Разновидности бега (с высоким подниманием бедра, с высокого старта);		Постепенное усложнение ходьбы с изменением длины, частоты, с преодолением препятствий и т.д. Равномерный бег на 1000-1500 м. Разновидности бега, в том числе с преодолением небольших препятствий.		

	Простые прыжки и его разновидности, в том числе с преодолением небольших препятствий		Прыжки с поворотом, по разметкам, в длину с разбега, прыжки с небольшой высоты	Разновидности прыжков (строгая боком к месту приземления, с высоты 30-40 см, с разбега в высоту)	
					Опорный прыжок на гимнастические маты
	Лазание (гимнастическая стенка и канату) Группировки и перекаты	Лазание по наклонной скамейке, перелазание (через маты, скамейки) Группировки, перекаты из положения лежа	Лазание и перелазание, их более сложные разновидности (через бревно, по канату); Кувырки вперед.	Лазание и перелазания, их более сложные разновидности (через коня); Перекаты в группировке, 2-3 группировки вперед	Лазания по канату в три приема, перелазания через препятствия; Кувырок назад с помощью и самостоятельно, Комбинации из освоенных элементов.
			Висы (стоя, лежа, на гимнастической скамье и стенке)	Висы с выполнением дополнительных движений ногами	Вис согнув ноги, завесом, прогнувшись на стенке, с подтягиванием ног
	Ловля и передачи мяча индивидуально и в парах.	Ловля и передача мяча в шаге индивидуально и в парах.	Ловля и передача мяча в шаге увеличив расстояние	Ловля и передача мяча в движении, броски на точность с различными заданиями	Ведение мяча (с изменением направления и скорости, броски в ходьбе и медленном беге.
	Метания малого мяча на расстояние	Метания малого мяча разными руками и в цель	Метание малого и большого мяча на расстояние	Метания набивного мяча (1 кг) двумя руками от груди, из-за головы	Метания мяча по горизонтальной и вертикальной цели, на дальность,

					набивного мяча от плеча.
2 РАЗДЕЛ: РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ					
Сила	Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами.	Общеразвивающие упражнения с предметами, прыжки, метания на дальность.	Общеразвивающие упражнения с предметами, прыжки, метания на дальность, упражнения в висах, упорах и лазаниях.	Общеразвивающие упражнения с предметами с увеличением параметров нагрузки.	
Быстрота	Эстафеты и различные подвижные игры, развивающие быстроту	Эстафеты и различные подвижные игры, развивающие быстроту	Бег с ускорением с высокого старта на 10-20 м, бег на 30 м.	Бег с максимальной скоростью до 20 м, с изменением скорости.	Бег в коридорчике 30-40 м, с ускорением до 30 м, эстафеты
Ловкость	Различные виды ходьбы с коллективным подсчетом	Различные виды ходьбы с высоким подниманием бедра в приседе.	Различные виды ходьбы в приседе с преодолением 2-3 препятствий, по разметкам. Прыжки через препятствия, метания в цель (вертикальные, горизонтальные, по коридору)	Бег с преодолением препятствий, челночный бег, различные виды эстафет, требующие выполнение прыжковых упражнений.	Бег с преодолением более сложных препятствий, разновидности челночного бега и эстафет. Метания в цель с расстояния.
Гибкость	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов с повышенной амплитудой, маховые движения, пружинистые упражнения				
Выносливость	Медленный равномерный бег до 3-4 минут.	Медленный бег до 5 минут, кроссовый бег до 300 м.	Медленный бег до 8 минут, кроссовый бег до 500 м.	Медленный бег до 10 минут, кроссовый бег до 800 м.	Медленный бег до 10 минут, кроссовый бег до 1000 м.

Содержание вариативной части предмета «Физическая культура» разрабатывается самим учителем физической культуры с учетом рекомендаций местного органа управления образованием и прохождения учебного материала его базовой части. Как правило, используются наиболее популярные подвижные игры, в том числе и связанные с национальной культурой. Они позволяют реализовать задачу приобщения учащихся начальных классов к национальной культуре. При наличии условий организуются занятия плаванием, в котором реализуется задача обучения детей по освоению водной среды. Могут быть использованы также упрощенные виды спортивных игр (пионербол, мини-футбол и др.), в процессе которых реализуется задача по освоению основ указанных игр.

2.6. Межпредметные связи. Сквозные тематические линии

Предметный стандарт предписывает, чтобы на уроках физической культуры были учтены образовательные результаты, формируемые за счет учебных предметов, изучаемых в других образовательных областях.

«Филологическая образовательная область» направлена на развитие речевой и языковой культуры учащихся на основе овладения разными видами речевой и мыслительной деятельности. Соответственно, правильное название упражнений, используемая на уроках физической культуры, терминология, их соответствие требованиям литературных норм, владение государственным и официальным языками, позволяющими отобрать нужную информацию для самостоятельных занятий служат делу осуществления связи между предметами «Физическая культура», «Кыргызский язык и чтение», «Русский язык и чтение». Например, при выполнении строевых упражнений можно вспомнить басню: где щука, рак и лебедь где каждый действует по-своему (предмет «Язык и чтение»)

Социальная образовательная область, представленная такими предметами как «Я и мир» (Родиноведение, Природоведение, Основы безопасности жизнедеятельности, Этика) призвана формировать личностные и социальные компетентности обучающихся, направлена на идентификации учащегося как «Кыргыз жараны». В этой связи, на уроках физической культуры, особенно в части организации состязательной деятельности между учащимися, акцент необходимо делать на межпредметную связь по формированию толерантности и гражданственности, умение создавать благоприятную и безопасную среду, проявлять готовность оказывать помощь другим и т.д. Учебный материал, изучаемый по предмету обеспечение безопасности жизнедеятельности («Я и мир») используется при обучении к правилам выполнения физических упражнений в части правильного выполнения акта дыхания, в целях формирования здорового образа жизни будут полезна информация по питанию, по соблюдению двигательного режима, при определении объема и интенсивности физической нагрузки, ознакомления основами оказания первой медицинской помощи.

Математическая образовательная область, нацеленная на овладение учащимися начальных классов базовыми навыками счета и алгоритмов решения жизненных задач, математическим языком и логическими операциями, а также процедурами работы со структурами и взаимоотношениями, выраженными в числе и форм, содействуют установлению межпредметных связей при выполнении строевых команд и передвижений с широким использованием счета и темпа, определения начисляемых баллов при организации состязательной деятельности, численности участников групповых и

командных действий. Проводя строевые упражнения, подвижные игры и эстафеты необходимо использовать элементы изученного материала по математике. Например, используя определённые понятия при обучении к строевым приемам (при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три - (параллельные прямые), в круг - (окружность) и т.д. На уроках физической культуры рекомендуется использовать следующие сквозные темы:

1. Закрепление умения считать от 1 до 10 во время проведения эстафет и игр (с флажками, кто начнет первым, посадка картофеля);

2. Игровые задания на внимание с элементами математических действий (понятие «Чётное - Нечётное» - 1-3 класс, «Быстро по местам» - 1-3 классы, «Найти число» - 3-4 классы).

3. Сравнение чисел. Получение нового числа прибавлением ещё одного к предыдущему.

(«Найти меньшее число» - 3-4 классы, «Найти большее число» - 3-4 классы, «Мишень» 1-2 классы).

4. Закрепление навыков быстрого выполнения математических действий («Вызов номеров» 1-4 классы, «Шишки, жёлуди, орехи» - 2-4 классы).

5. Закрепление умения делить циферблат часов на часы и минуты, а круг – на градусы и сектора («Часы» 1-5 классы, «Поворот в круге» 1-5 классы).

Образовательная область «Искусство и технология», направленная на формирование образно-эстетической картины окружающего мира, общей культуры подрастающего поколения, духовно-нравственной и эмоциональной сферы обучающихся, художественного и эстетического восприятия мира содействует установлению межпредметной связи между предметами «Изобразительно-художественное творчество», «Музыка» и «Физическая культура» при выполнении упражнений под музыкальное сопровождение (при наличии условий), для выработки ритма и темпа движений, при выполнении упражнений различной амплитудой и формой траектории, которые подчинены требованиям красоты.

Таким образом, осуществляя на уроках физической культуры взаимосвязь содержания обучения с другими общеобразовательными предметами, учитывая ранее приобретённые учениками знания, умения, навыки по ряду предметам можно проводить уроки на высоком уровне, реализовывая принцип активности и развивая познавательность, поддерживая интерес школьников к систематическим занятиям физическими упражнениями.

РАЗДЕЛ 3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ОЦЕНИВАНИЕ

3.1. Ожидаемые результаты обучения предмету “Физическая культура” в начальной школе (по классам)

Ожидаемый образовательный результат обучения предмету “Физическая культура” в начальной школе характеризуется такими предметными компетентностями, как компетентность, обеспечивающая физическое здоровье, компетентность, обеспечивающая эмоциональное (психологическое) здоровье, компетентность, обеспечивающая социальное здоровье и компетентность, обеспечивающая культуру выполнения физических

упражнений, нацеленных на решение той или иной жизненно значимой задачи.

Перечень ожидаемых результатов обучения предмету «Физическая культура» представлена в таблице 3. Их полноценное достижение по годам обучения способствуют формированию предметных компетентностей у учащихся начальных классов, которые означают совокупный результат реализации образовательных, оздоровительных и воспитательных задач, которые ставятся и решаются перед каждым уроком физической культуры.

Образовательные задачи ставятся, учитывая общую логику школьного образования, предусматривает сообщение ученикам и освоениями ими доступных знаний в области физической культуры. Такие знания, как знания о пользе физических упражнений, правильных способах их выполнения и правилах личной гигиены, полученные в период дошкольного воспитания, подлежат к дальнейшему расширению и пополнению. Кроме этого, акцент делается на формирование необходимого в жизни основного фонда двигательных умений и навыков с дальнейшим их закреплением и совершенствованием. В качестве основного средства решения этой задачи используют элементы основной гимнастики. При их помощи ученик учиться дифференцированно управлять отдельными движениями и координировать их, выполнять доступные формы техники физических упражнений, связанные с бегом на короткие дистанции, кроссовым бегом, прыжками в длину и в высоту. В эту же группу задач входят также задача по формированию и закреплению гигиенических навыков учащихся, способствующих соблюдению требований личной и общественной гигиены. Считается важным прививать учащимся начальных классов навыков поддержания чистоты тела и спортивной одежды, систематического контроля за состоянием здоровья во время занятий.

Оздоровительные задачи связаны с содействием гармоничному формированию растущего организма, укреплению здоровья, всестороннему воспитанию физических качеств и предусматривают закаливание организма, в том числе и повышение общей его сопротивляемости по отношению к физическому утомлению и температурным воздействиям внешней среды. Требуется уделить внимание на развитие физических качеств, особенно сделав акцент на улучшение координационных и скоростных способностей, главным образом не связанных со скоростной выносливостью и проявляемых в нестандартных формах двигательных действий. Считается важным, что у детей, обучающихся в начальной школе, должны быть сформированы и закреплены рациональная осанка, устранены, если в этом есть необходимость, отдельные недостатки в телосложении, связанные с объемом мышечной массы и веса тела.

Воспитательные задачи преследуют цель обеспечить взаимосвязь физического, нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания, которые рассматриваются как значимые стороны единого учебно-воспитательного процесса. Требуется, чтобы такие задачи решаются в процессе физического воспитания и способствуют формированию у учащихся социального и эмоционального (психологического) здоровья, потребности и интереса к физической культуре.

Таблица 3. – Ожидаемые результаты обучения физической культуре по классам начальной школы

Содержательные линии	Классы				
	1	2	3	4	5
Основы знаний	Знает правила поведения, основы режима дня и личной гигиены		Знает значение утренней гимнастики, названия игр, инвентаря, оборудования, правила игр	Знает основные физические упражнения, влияющие на здоровье, осанку, дыхание	
1 РАЗДЕЛ: ДВИГАТЕЛЬНЫЕ УМЕНИЯ И НАВЫКИ					
Элементы основной гимнастики	Выполняет основную стойку, простые строевые упражнения, выполняет команды		Выполняет команды по размыканию и смыканию, перестроению и передвижение.		Выполнение команды, связанные с поворотами, расчетами по порядку и более сложные разновидности перестроений
Подвижные игры с элементами бега, прыжков, метаний, многоскоков, акробатических упражнений и спортивных игр	Умеет ходить, в том числе с более усложненными заданиями. Бегает на 500-1000 м с изменением его направления. Демонстрирует технику разновидностей бега (с высоким подниманием бедра, с высокого старта); Выполняет простые прыжки и его разновидности, в том числе с преодолением небольших препятствий		Выполняет более сложные виды ходьбы (с изменением длины, частоты, с преодолением препятствий и т.д.). Бегает на 1000-1500 м. Бегает с преодолением небольших препятствий.		
			Умеет выполнять прыжки с поворотом, по разметкам, в длину с разбега,	Умеет выполнять прыжки, строя боком к месту приземления, с высоты 30-40 см, с разбега в высоту.	

			прыжки с небольшой высоты		Умеет выполнять опорный прыжок на гимнастические маты
	Умеет лазать на гимнастическую стенку и по канату Умеет группироваться и выполнять перекаты	Умеет лазать по наклонной скамейке, перелазать через маты, скамейки Умеет выполнять перекаты из положения лежа	Умеет выполнять более сложные разновидности лазание и кувырков вперед	Умеет лазать и перелазать через коня, выполнять несколько перекатов вперед.	Умеет лазать по канату в три приема, перелазать через препятствия; Умеет кувыркаться назад, выполнять комбинации из освоенных элементов.
			Выполняет разные висы	Выполняет висы с дополнительными движениями	Умеет выполнить вис согнув ноги, завесом, прогнувшись на стенке, с подтягиванием ног
	Ловит и передает мяч индивидуально и в парах.	Ловит и передает мяч в шаге индивидуально и в парах.	Ловит и передает мяч в шаге увеличив расстояние	Ловит и передает мяч в движении, умеет бросать мяч на точность	Умеет вести мяч (с изменением направления и скорости, бросать в ходьбе и медленном беге.
	Метает малый мяч на расстояние	Метания малый мяч разными руками и в цель	Метает малый и большой мяч на расстояние	Метает набивной мяч (1 кг) двумя руками от груди, из-за головы	Метает мяч по горизонтальной и вертикальной цели, на дальность,

					набивного мяча от плеча.
2 РАЗДЕЛ: РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ					
Сила	Проявляет силу при выполнении общеразвивающих упражнений с предметами.	Проявляет силу при выполнении прыжков и метаний.	Проявляет силу при выполнении упражнений в висах, упорах и лазаниях.	Проявляет силу при выполнении общеразвивающих упражнений с предметами с увеличением параметров нагрузки.	
Быстрота	Проявляет быстроту во время эстафет и игры в подвижные игры.		Проявляет быстроты в беге с ускорением на 10, 20 и 30 м.	Проявляет максимальную скорость в беге до 20 м.	Проявляет быстроту в бег в коридорчике 30-40 м, с ускорением до 30 м, эстафетах
Ловкость	Ходит под коллективный подсчет.	Ходит с высоким подниманием бедра и в приседе.	Прыгает через препятствия, выполняет метания в цель (вертикальные, горизонтальные, по коридору)	Владеет техникой челночного бега, выполняет различные прыжковые упражнения.	Бегает с преодолением более сложных препятствий,
Гибкость	Проявляет гибкость, выполняя упражнения с предметами и без предметов с повышенной амплитудой, маховые и пружинистые движения				
Выносливость	Проявляет выносливость, бегая до 3-4 минут.	Проявляет выносливость, бегая до 5 минут.	Проявляет выносливость, бегая до 8 минут.	Проявляет выносливость, бегая до 10 минут.	Проявляет выносливость, бегая до 10 минут, увеличивая скорость передвижения.

Конкретные показатели реализации вышеуказанных групп задач увязываются с выполнением норм и требований физической подготовленности, указанные в настоящем документе, они определяют характер ожидаемых от уроков физической культуры результатов обучения и, в этой связи, при разработке нормативных требований учебной программы по годам обучения главенствует идея постепенного подведения физической подготовленности детей к их выполнению.

3.2. Основные стратегии и нормы оценивания достижений учащихся начальных классов по предмету “Физическая культура”.

Исходя из вышеуказанного содержания предметных компетентностей, настоящим предметным стандартом устанавливаются стратегия, принципы, критерии, инструменты и нормы оценивания образовательных достижений учащихся.

Индивидуальные образовательные достижения учащихся оцениваются тремя видами оценивания – диагностическим, формативным и суммативным.

Диагностическое оценивание используется для оценки прогресса обучающегося и учитель физической культуры осуществляет сопоставление начального уровня сформированности компетентностей обучающихся с достигнутыми результатами. Они регистрируются в виде описаний, которые обобщаются и служат основой для внесения корректив и совершенствования учебного процесса.

Формативное оценивание применяется для определения прогресса обучающихся с учетом индивидуальных особенностей усвоения материала (темпы выполнения задания, способы освоения заданий и т.д.), а также в целях выработки рекомендаций для достижения успеха. Результаты формативного оценивания используются для своевременной корректировки обучения, внесения изменений в планирование и улучшения качества выполняемой работы.

Суммативное оценивание используется для определения степени достижения обучающимся образовательных результатов по предмету «Физическая культура», планируемых для начальной школы, и складывается из текущего, промежуточного и итогового оценивания.

Текущее оценивание индивидуальной подготовленности осуществляется на основе установленных учителем физической культуры (или самим учеником) норм и требований, промежуточное оценивание проводится на основании норм и требований, указанных в настоящем предметном стандарте, и итоговое оценивание проводится в соответствии с календарным планом (четверть, полугодие и учебный год). Разнообразие форм заданий определяется учителем с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Оценивание успешности достижения в 1-3 классах проводится безотметочно, с использованием качественных и описательных способов. Введение отметок начинается с 4-го класса, где используются как отметки, так и качественные описательные способы оценивания.

Для достижения целей физического воспитания учащихся начальных классов учитель физической культуры организует:

- обратную связь (отчеты, комментирующие работы обучающегося), помогает обучающемуся сравнить нынешние его результаты с другими результатами на

предыдущем этапе, дает словесную оценку развития компетентностей как учебных результатов;

- отслеживает прогресс обучающихся и представляет описательную оценку в конце каждого учебного года;

- использует различные способы и формы оценивания, в том числе самооценку, взаимооценку и инструменты качественной оценки (портфолио, наблюдение, карты развития);

- информирует родителей о прогрессе обучающихся и о затруднениях в процессе обучения для совместного решения проблем;

- ежегодно, начиная с 4-го класса, готовит таблицу успеваемости каждого обучающегося с отметками и сопроводительную описательную форму.

Оценивание образовательных достижений учащихся осуществляется для коррекции их индивидуальных результатов и обеспечения перехода на следующую ступень обучения. Оно базируется на следующих принципах:

- определение образовательных результатов и уровней достижения до введения системы оценки;

- ориентация на совершенствование преподавания предмета;

- разработка единых требований к уровню подготовки обучающихся, инструментарию и процедурам оценивания;

- соответствие инструментов оценивания образовательных достижений обучающихся результатам обучения, установленных в государственных и предметных стандартах;

- включения учителей в процесс разработки и реализации системы оценивания;

- обеспечения прозрачности критериев и процедур оценивания, понятность результатов для всех участников образовательного процесса;

- постоянное совершенствование системы оценивания.

Критериями **физического здоровья** учащегося являются весо-ростовые показатели, характеристика осанки, показатели силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости, демонстрируемые при выполнении установленных норм и требований. Обобщенными критериями физического здоровья учащегося является отсутствие болезней и физических дефектов в телосложении. Признаками отсутствия дефектов в телосложении являются положение спины (она прямая), правильная походка, уверенные движения, чистая кожа и улыбка на лице.

Для оценки вышеуказанной компетенции учащегося учитель физической культуры изучает сведения, указанные в медицинской карточке ученика. Используя весо-ростовые показатели ученика учитель определяет соотношение массы к росту тела (индекс массы тела - ИМТ). Величина ИМТ определяется при помощи калькулятора, размещенного в Google, и ее значение позволяет дать следующую оценку: если ИМТ ниже 18,5, то вес тела считается ниже нормального, 18,5–25 – нормальным, 25 – 30 – избыточным, 30 – 35 – ожирением 1 степени, 35 – 40 – ожирением 2 степени и свыше 40 – ожирением 3 степени. Периодическое определение ИМТ позволяет осуществлять индивидуализации физической нагрузки, даваемой на уроках физической культуры.

В целях характеристики физического здоровья также используется оценка осанки, которая указывается в медицинской карточке ученика. Формирование правильной

осанки является одной из важных задач урока физической культуры, проводимой в начальной школе, поскольку ее нарушение является одним из частых недугов у детей. В этой связи, наличие нарушений в осанке детей является основанием для индивидуализации заданий и подбора специальных упражнений, направленных на их устранение.

Вышеизложенное означает, что в учитель физической культуры должен работать в тесной связи и сотрудничестве с медицинским работником школы (при отсутствии - врачами обслуживающей поликлиники). Медицинское обследование проводится в начале учебного года, подкрепляется соответствующей справкой и записями в медицинской карточке ученика установленного образца. Повторное обследование организуется через 6 месяцев.

Учитель физической культуры в начале учебного года организует также прием норм физической подготовленности, на основе которых характеристика физического здоровья обучающихся дополняется. Оценка уровня физической подготовленности детей осуществляется на основе контрольных упражнений, норм и требований, указанных отдельно для мальчиков и девочек (таблицы 4-5). Давая характеристику уровня физической подготовленности обучающегося учитель физической культуры совместно с учеником принимает меры по конкретизации индивидуальной цели обучения и способы ее достижения, информирует родителей, уточняет содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями в домашних условиях, нацеливая на достижение определенного прогресса.

Повторная проверка физической подготовленности учащихся проводится по итогам прохождения соответствующих разделов учебной программы и в конце учебного года.

Таблица 4. - Нормы и требования физической подготовленности учащихся начальных классов (мальчики)

№№ пп	Физическое качество	Контрольное упражнение	Отметка	Классы				
				1	2	3	4	5
1	Сила	Подтягивание на перекладине, к-во раз	5	Без отметочно			5	5
			4				4	4
			3				3	3
2	Быстрота	Бег 30, м/сек	5	Без отметочно			5,2	5,1
			4				5,7	5,6
			3				6,8	6,6
3	Ловкость	Челночный бег 4х9, м/сек	5	Без отметочно			11,1	10,9
			4				12,4	11,5
			3				12,9	12,0
4	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	5	Без отметочно			8	7
			4				6	5
			3				4	3
5	Выносливость	Бег на 500 м Бег 800 м Бег 1000 м	Без учета времени	+	+	+	+	+

Таблица 5. – нормы и требования физической подготовленности учащихся начальных классов (девочки)

№ № пп	Физическое качество	Контрольное упражнение	Отметка	Классы				
				1	2	3	4	5
1	Сила	Поднимание туловища из положения лежа на спине, к-во раз	5 4 3	Без отметочно			23 19 17	25 21 19
2	Быстрота	Бег 30, м/сек	5 4 3	Без отметочно			5,3 6,0 7,0	5,2 5,8 6,8
3	Ловкость	Челночный бег 4х9, м/сек	5 4 3	Без отметочно			11,8 12,3 13,0	11,1 11,8 12,4
4	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	5 4 3	Без отметочно			13 9 6	14 10 7
5	Выносливость	Бег на 400 м Бег на 700 м Бег на 1000 м	Без учета времени	+	+	+	+	+

В течение учебного года учитель физической культуры ведет наблюдение за походкой учащегося, насколько движения выполняются уверенно, над чистотой кожи и наличием улыбки на лице. Указанная информация представляет собой дополнительную информацию и используется в уточнении представления о физическом благополучии ученика.

Критериями **эмоционального (психологического) здоровья** учащегося являются самоощущение, социальные отношения между учениками, управление эмоциями и умение преодолевать возникающие перед учеником трудности объективного и субъективного характера. Основным методом оценки эмоционального (психологического) здоровья учащегося, которое применяется учителем физической культуры, является наблюдение. Регулярное наблюдение за характером отношения ученика к окружающей среде (другим ученикам, спортивному оборудованию и инвентарю, даваемым заданиям и др.), какие при этом проявляет эмоции, как справляется с трудностями, которые возникают в процессе уроков физической культуры, в процессе игры в подвижные игры, особенно во время ведения состязательной деятельности, характеризует эмоциональное (психологическое) здоровье обучающихся. Кроме этого, дополнительную информацию можно получить используя метод самооценки, т.е. предлагая ученику вести дневник, в котором описываются показатели самоощущения. Обсуждая динамику самооценки с учеником, информируя родителей, вносятся соответствующие корректировки в процесс занятий физической культурой в школе и в домашних условиях.

Критериями **социального здоровья** учащегося являются его поведение, социальная активность, взаимодействие в группе (в команде), ответственность за поступки и осознание

значения регулярных занятий физической культурой. Основным методом оценки социального здоровья учащегося является также наблюдение. Учитель физической культуры осуществляет наблюдение за характером поведения, за тем насколько ученик активен на уроках физической культуры и в процессе игровой и состязательной деятельности, как взаимодействует в группе, не отличается ли индивидуализмом и эгоизмом, может ли брать на себя ответственность при возникающих ситуациях и насколько вошло в привычку регулярное выполнение физических упражнений. На основе таких сведений учитель физической культуры информирует родителей, вносит коррективы в процесс физического воспитания, оказывает посильное содействие формированию социального здоровья учащихся.

По завершению начальной школы проводится итоговое внутреннее или внешнее оценивание образовательных достижений обучающихся с целью определения уровня сформированности предметных компетентностей.

РАЗДЕЛ 4. ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

4.1. Основные требования к методике обучения предмету «Физическая культура» в начальной школе

Предметом обучения на уроках физической культуры являются рациональные двигательные действия, включающие систему взаимосвязанных действий. Обучение двигательным действиям учитывает закономерности формирования двигательных умений и навыков и этим обстоятельством определяются дидактические особенности физического воспитания.

Двигательным действиям обучают, решая различные конкретные задачи, основная суть которых сводятся к следующим:

- обеспечить «начальную школу движений», т.е. научить управлять относительно простыми движениями, создав тем самым исходную базу для более сложных форм двигательной деятельности;
- обучить действиям, которые будут использоваться как «подводящие» упражнения либо как средства избирательного воздействия на развитие отдельных физических качеств;
- сформировать и довести до необходимой степени совершенства основные двигательные умения и навыки, необходимые в повседневной жизни.

В зависимости от характера этих задач и изучаемых двигательных действий процесс обучения приобретает особенностей, т.к. реализация различных по трудности задач связана с неодинаковыми затратами времени. В таких случаях существенно различается и методика обучения.

Методы и особенности построения процесса обучения зависят от структурной сложности формируемых действий, которая определяется числом и фазами движений, требованиями к точности движений в пространстве, во времени и по величине усилий, особенностями координации движений в каждой фазе и в целом, сложностью ритмической структуры двигательного акта и степени участия врожденных и приобретенных автоматизмов в данном двигательном акте. Структурная сложность двигательного действия

определяет выбор ведущего метода при начальном разучивании действия. Относительно простые движения разучиваются в целом, а сложные – по частям с последовательным сведением их в целое. Имеют значение и особенности связей между подготовительной, основной и завершающей фазами действия, т.к. одни движения разучивают с основной части (например, с отталкивания в прыжках высоту), в других – целесообразно в первую очередь, изучить завершающую фазу (например, мягкое приземление при обучении прыжкам в длину).

Существенное влияние оказывает и специфика проявляемых в движениях физические качества. Например, при обучении элементарным гимнастическим упражнениям, не требующим незначительного проявления физических качеств, необходимость использования подготовительных упражнений, развивающих те или иные качества, отпадает. В этой связи, доминирующее место занимают методы стандартно-повторного упражнения. По-иному обстоит дело, когда обучение нацелено на достижение высокого качества и предельного проявления физических качеств. В этом случае требуется, чтобы ведущее физическое качество было развито предварительно.

Ряд двигательных действий характеризуется широким диапазоном вариативности двигательных навыков (подвижные и спортивные игры). При обучении к ним важно соблюдать оптимальное соотношение между факторами, приводящими к закреплению двигательных навыков, и факторами, увеличивающими их целесообразную изменчивость в условиях постоянного изменения обстановки деятельности. В этом случае процесс обучения должен органично связан с развитием координационных способностей (ловкости) учащегося.

Основной формой образовательного процесса является урок физической культуры, состоящей из трех частей: подготовительной, проводимой в целях подготовки организма учащихся к предстоящей работе, путем выполнения общеразвивающих и подготовительных упражнений; основной – нацеленной на разучивание и совершенствование новых упражнений и развития физических качеств; заключительной – преследующей цели восстановления организма учащихся к исходной физиологической норме.

В образовательном процессе используются элементы следующих педагогических технологий:

- традиционное обучение;
- развивающее обучение;
- личностно-ориентированное обучение;
- дифференцированное обучение;

В процессе обучения движениям доминирует следующая системы методов:

- методы передачи знаний (методы слова - рассказ, сопроводительное пояснения, указание, команда; методы показа – непосредственный показ и опосредственный показ и др.);
- методы разучивания (метод целостного, расчлененного и целостно-расчлененного разучивания);
- методы предупреждения и исправления ошибок (метод ориентиров, использования подводящих упражнений и т.д.);
- методы организации выполнения физических упражнений (одновременный,

- групповой, индивидуальный, поочерёдный, поточный, круговой, игровой и соревновательный);
- методы подведения итогов обучения двигательным действиям (методы педагогического и медицинского контроля, а также самоконтроля)

4.2. Минимальные требования к ресурсному обеспечению

Для реализации предметного стандарта устанавливаются следующие требования ресурсного обеспечения. Наличие спортивного зала, оснащенного:

- разнообразными атлетическими приспособлениями (брусья, турники, помосты, перекладины), позволяющими выполнять многие предусмотренные учебной программой упражнения, развивающие общие навыки;

- тренажерами простого устройства (гимнастические скамьи, балансиры, дорожки), позволяющими развивать координацию движений, умение держать равновесие, ловкости и силы.

- матами для занятий на полу. Большинство упражнений из разряда гимнастических выполняются на матах, и они позволяют их выполнение легким и полностью безопасным, защищают детей от травм, предотвращают загрязнение одежды.

- снарядами для выполнения силовых тренировок (гантели, эспандеры), обычно они широко используются в работе с мальчиками;

- оборудованием для игр и эстафет (флажки, кеглы, канаты для лазания и перетягивания, обручи, дуги, разнообразные мячи). Они применяются в командных играх, соревнованиях, эстафетах и позволяют вести урок в игровой манере, содействуя более легкое освоение новых двигательных навыков, активно и полезно проводить внеклассные мероприятия

4.3. Создание мотивирующей и безопасной обучающей среды

Обучающая среда по предмету «Физическая культура» должна соответствовать целям, задачам и результатам основного начального школьного образования, обеспечивать высокое качество урока физической культуры для приобретения обучающимися знаний, умений, навыков и компетентностей, необходимых для устойчивого развития обучающегося и возможности их обучения на последующих ступенях образования.

Создание мотивирующей среды требует, чтобы на уроках физической культуры доминировала среда творческого типа, активизирующая имеющиеся у детей мотивы занятий физической культурой, предоставляя им возможности для достижения учебной цели, эмоционально подкрепляет актуализированные мотивы. Ключевым условием создания мотивирующей среды является создание у учащихся чувства безопасности во время пребывания на уроках физической культуры, безопасности как физической, так и психологической.

Физическая безопасность обеспечивается требованиями не покидать место проведения занятия без разрешения учителя, толкаться, ставить подножки в строю и движении, залезать на высотные оборудования, виснуть на кольцах, мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении упражнений, выполнять упражнения на турнике с влажными руками и т.д. В спортивном зале занимающийся должен быть одет в спортивную одежду и обуви с нескользкой подошвой, не входить в спортивный зал в верхней одежде,

соблюдать личную гигиену (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти), не вносить в спортивный зал предметы, не предназначенные для занятий физической культурой. Кроме этого, ученик обязан слушать педагога и выполнять все упражнения на уроке, им запрещается брать спортивный инвентарь без разрешения учителя. В случае проблем со здоровьем ученик должен сообщить о своем состоянии учителю. Учитель должен находиться в спортивном зале или на спортивной площадке все время урока.

Психологическая безопасность обеспечивается тремя аспектами: первый, состоящий из таких параметров, как поведение и взаимодействие учеников в раздевалке и перед ней, взаимодействие учеников в спортивном зале или на площадке до звонка на урок; второй, состоящей из ситуации, которая создается во время урока, и в которой происходит взаимодействие учеников между собой и с учителем посредством выполнения команд и решения учениками учебных задач, поскольку школьникам становится доступными спортивные снаряды, которые могут использоваться не по назначению (мячи, палки, обручи, скакалки); третий, состоящий из переживаний учеников, происходящих на уроке, а также особенностей поведения и взаимодействия в раздевалке.

В целях обеспечения психологической безопасности учитель физической культуры должен контролировать атмосферу в раздевалке, чтобы не допускать случаи в тесном пространстве толкаться между собой, издеваться и унижать слабых учащихся. Во время урока необходимо находиться с классом и следить за телодвижением среди одноклассников для того, чтобы скромным и замкнутым дети создавать условия для раскрытия, чтобы они не стали объектом насмешек и издевательств, поскольку очень часто наблюдаются случаи нетерпимости по отношению к тем, кто имеет определенные отклонения от нормы в физическом развитии и подготовленности, в состоянии здоровья. Важное значение имеет также неудачный исход состязательной деятельности, когда в поражении команды вину сваливают на кого-то. Чаще всего такое происходит в отношении учеников, не способных постоять за себя. Во время состязательной деятельности учеников роль судьи выполняет учитель и, в этой связи, он должен настроить команды на доброжелательное отношение к соревнованиям и сопернику.

При проведении уроков физической культуры необходимо ориентироваться на требования принципа здоровьесберегающего урока, направленного на укрепление физического, эмоционального (психологического) и социального здоровья.

Ряд мер, принимаемых учителем физической культуры, способствуют созданию надлежащей мотивирующей и безопасной среды. К ним относятся:

- меры совместной подготовки к уроку (привлечение к подготовке мест занятий, спортивного инвентаря), которые дисциплинируют детей, помогает создать рабочую обстановку, заставляет негативно относиться к беспорядку, стимулирует соблюдение правил;

- меры, обеспечивающие эмоциональный климат урока (комфортное начало и окончание урока). Он обеспечивается доброжелательным тоном учителя, бодрым настроением, умением настроить себя на жизнерадостную с детьми волну;

- меры поощрения и взаимопомощи, направленные на то, что успех каждого будет замечен и поощрен, а те, кто испытывает затруднения – получить поддержку и помощь;

- меры, позволяющие оценивать действия своих одноклассников. Важное значение имеет, чтобы ученик, оценивающий достижения других, должен аргументировать свои

оценки.

Вышеуказанные меры способствуют созданию комфортабельных условий на уроках физической культуры, содействуют развивать способности личности эффективно взаимодействовать с окружающими детьми, выработать жизненно важные навыки и создавать благоприятный психологический климат на уроке.

Кроме вышеуказанного, состояние спортивного зала, его оснащённость оборудованием и инвентарем должны соответствовать требованиям обеспечения надёжности и безопасности их использования, санитарно-гигиеническим нормам и правилам, в том числе пожарной и электрической безопасности. Спортивном зале должен иметь освещённость и температурный климат в соответствии с гигиеническими требованиями к естественному, искусственному, совмещённому освещению и отоплению общественных зданий .

ЛИТЕРАТУРА

1. Государственный образовательный стандарт школьного общего образования Кыргызской Республики. Утвержден постановлением Кабинета министров Кыргызской Республики от 22 июля 2022 года № 393. [Электронный ресурс] <https://online.toktom.kg/NewsTopic/6697>
2. Закон Кыргызской Республики «Об образовании» от 30 апреля 2003 г. № 92. [Электронный ресурс] <http://cbd.minjust.gov.kg/act/view/ru-ru/1216>
3. Закон Кыргызской Республики «О физической культуре и спорте» [Электронный ресурс] <http://cbd.minjust.gov.kg/act/view/ru-ru/441?cl=ru-ru>
4. Мамытов, А. Саламаттыгынды сактай бил. – Бишкек. 2017. Полиграфбумресурсы. –132 б.
5. Мамытов, А., Джанузаков, К.Ч. Дене маданияты теория. Жалпы негиздери. Окуу куралы. Бишкек, 2018. -184 б.
6. Мамытов, А., Иманбаев, А. Основы здорового образа жизни. Учебное пособие. – Бишкек, 2007. –108 с.
7. Общеразвивающая (базисная) программа подготовки детей 6-7 лет к школе. Составители Г. Сейдекулов, Л. Усенко. Бишкек, 2000 г.
8. Программа развития образования в Кыргызской Республике на 2021-2040 гг. Постановление Правительства от 4 мая 2021 года № 200. [Электронный ресурс] <http://cbd.minjust.gov.kg/act/view/ru-ru/158227>
9. Теория и методика физического воспитания. Издание 2-е, исправленное и дополненное. Под общей редакцией Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Учебник для ин-тов физ. культуры. – М: «ФКиС», 1967.
10. Указ Президента Кыргызской Республики от 29 января 2021 года «Концепция о духовно-нравственном развитии и физическом воспитании личности». [Электронный ресурс] <https://www.president.kg/ru/sobytiya/18509>
11. Физическая культура. Программа для учащихся 1-4 классов общеобразовательных учебных заведений. Составители А. Мамытов, Т. Иманалиев и Е. Судоргин. – Бишкек, 2012.
12. Шарабакин, Н.И., Мамбеталиев, К.У. Теория и методика физического воспитания /учебник для ИФК/. – Бишкек: «Шам», 1997