

52

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АМУРСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»
(ГАУ ДПО «АМИРО»)**

Кафедра основного и среднего общего образования

УТВЕРЖДАЮ



Ректор ГАУ ДПО «АМИРО»

Ю.В. Борзунова

«21» декабря 2023 г.

Протокол № 7 заседания

Учёного совета от 21.12.2023

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
повышения квалификации**

*Современное учебное занятие по предмету «Физическая культура» в
соответствии с требованиями обновлённых ФГОС ООО, ФГОС СОО*

Наименование государственной услуги:

Реализация дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
в объёме 72 учебных часов для группы слушателей численностью 25-30 человек

**Программа составлена:
Гордеевой Н.В., старшим
преподавателем кафедры основного
и среднего общего образования**

Благовещенск, 2023

Раздел 1. Характеристика программы

1.1. Цель реализации программы: совершенствование профессиональных компетенций слушателей в области проведения современного урока «Физическая культура» в соответствии требованиями обновлённых ФГОС ООО, ФГОС СОО.

1.2. Планируемые результаты обучения

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Общепедагогическая функция. Обучение.	Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования	Основы законодательства в сфере образования РФ, Преподаваемый предмет «Физическая культура» в пределах требований обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО и основной общеобразовательной программы. Основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, содержание современных образовательных технологий.	- Осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования. - Составлять учебно-тематическое планирование по физической культуре в образовательной организации с учётом требований обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО и основной общеобразовательной программы. - Применять эффективные формы, методы и средства обучения, направленные на формирование универсальных учебных действий обучающихся на уроках физической культуры.

- 1.3. Категория слушателей: учителя физической культуры.
 1.4. Форма обучения: очно-заочная с применением ДОТ.
 1.5. Срок освоения программы, режим занятий: 72 часа, 8 часов в день.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего часов	Виды учебных занятий, учебных работ		Самостояте льная работа, час	Формы контроля
			Лекция, час	Интеракти вное (практичес кое) занятие, час		
1.	Раздел 1 Нормативно-правовой модуль	8	6		2	
1.1.	Нормативно-правовое обеспечение в области физической культуры и спорта	4	2		2	
1.2.	Нормативно-правовое обеспечение деятельности педагога в условиях введения обновлённых ФГОС ООО, ФГОС СОО	4	4			
2.	Раздел 2 Психолого- педагогический модуль	8	2	2	4	
2.1.	Психологическая ха- рактеристика возрастных периодов современного ребёнка	4	2	2		
2.2.	Воспитание в образовательных организациях в современных условиях	4			4	
3.	Раздел 3 Модуль предметной области	54	11	17	26	зачёт
3.1.	Требования обновленного ФГОС ООО, ФГОС СОО к предметным и метапредметным результатам освоения программы по учебному предмету	2	1	1		

	«Физическая культура» по годам обучения					
3.2.	Формирование и развитие функциональной грамотности на уроках и во внеурочной деятельности по учебному предмету «Физическая культура»	4			4	
3.3	Система оценивания предметных и метапредметных результатов освоения программы по учебному предмету «Физическая культура» в соответствии с требованиями обновленного ФГОС ООО, ФГОС СОО (по годам обучения)	6	2	4		Практическая работа
3.4	Возможности современных УМК для реализации процесса обучения физической культуре	4			4	
3.5	Использование образовательных ресурсов, современных технологий, реализация инновационных проектов и программ	8	4	2	2	
3.6	Медико-педагогический контроль на уроках физической культуры	4	2	2		Практическая работа
3.7	Алгоритм действий оказания первой помощи при получении травмы обучающимися на занятиях физической культурой и спортом, правила оказания первой помощи	6		2	4	
3.8	Использование методических ресурсов различных видов спорта	8	2	6		Практическая работа
3.9	Подготовка	6			6	

	обучающихся к сдаче норм ГТО как требование обновленного ФГОС ООО, ФГОС СОО					
3.10	Комплексный анализ урока по физической культуре обновлённых ФГОС ООО, ФГОС СОО	6			6	
4	Итоговая аттестация	2		2		зачёт
	Итого	72	19	21	32	

2.2. Календарный учебный график: календарным учебным графиком является расписание учебных занятий, которое составляется и утверждается для каждой учебной группы.

2. Рабочая программа

№ п/п	Виды учебных занятий, учебных работ	Содержание
Раздел 1. Нормативно-правовой модуль		
Тема 1.1. Нормативно-правовое обеспечение в области физической культуры и спорта	Лекция (2 час)	Обзор и характеристика основных нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность в области физической культуры и спорта, воспитательной деятельности в ОО. Последние изменения в законодательной базе в сфере физической культуры и спорта.
	Дистант (2 час)	Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 24.06.2023) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
Тема 1.2. Нормативно-правовое обеспечение деятельности педагога в условиях введения обновлённых ФГОС ООО, ФГОС СОО	Лекция (4 час)	Нормативно-правовые документы федерального, регионального уровня. Федеральная основная общеобразовательная программа - новое понятие ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Структура и особенности содержания ФООП. ФООП и федеральные рабочие программы. Федеральные учебные планы. Федеральный календарный учебный график. Введение ФООП. ФООП и реализация принципа индивидуализации обучения.
Раздел 2. Психолого-педагогический модуль		
Тема 2.1. Психологическая характеристика возрастных периодов современного ребёнка	Лекция (2 час)	Общая психологическая характеристика возрастных периодов ребенка. Направления и основные задачи развития каждого возраста. Учебная деятельность. Пубертатный период у детей. Общение со сверстниками. Кризисы каждого возраста. Деятельность. Развитие познавательной мотивации. Интересы возрастных периодов. Особенности взаимоотношений со взрослыми. Причины конфликтов и возможности их преодоления.

	Практика (2 час)	Практическая работа: Современная социальная среда: факторы риска и возможности. Работа в группе. Темы для обсуждения, анализа и прогноза: - Информационные технологии, их роль и влияние на социальную среду. - Современные субъекты социализации детей и подростков. - Современные подростковые субкультуры и движения.
Тема 2.2. Воспитание в образовательных организациях в современных условиях	Дистант (4 час)	Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре и спорту. Условия формирования нравственных качеств личности учащегося. Формирование нравственных качеств у школьников в процессе занятий физкультурой. Воспитание самостоятельности детей на занятиях физической культурой, трудовое воспитание. Самовоспитание детей в сфере физической культуры и спорта.
Раздел 3. Модуль предметной области		
Тема 3.1 Формирование и развитие функциональной грамотности на уроках и во внеурочной деятельности по учебному предмету «Физическая культура»	Дистант (4 час)	Инновационный проект Министерства просвещения Российской Федерации «Мониторинг формирования и оценки функциональной грамотности». Функциональная грамотность обучающегося как предметный и метапредметный результат освоения программы основного общего образования. Общероссийская и региональная оценка функциональной грамотности. Решение практико-ориентированных задач по проблеме формирования у обучающихся основ здорового образа жизни. Особенности формулирования заданий для оценки функциональной грамотности: задача, поставленная вне предметной области и решаемая с помощью предметных знаний по физической культуре; в каждом из заданий описываются жизненная ситуация, как правило, близкая понятная учащемуся; контекст заданий близок к проблемным ситуациям, возникающим в повседневной жизни; ситуация требует осознанного выбора модели поведения; вопросы изложены простым, ясным языком и, как правило, немногословны; используются иллюстрации: рисунки, таблицы. Самостоятельная работа. Использование дидактического материала: демоверсии заданий по функциональной грамотности на сайте ФГБНУ «Институт стратегии развития образования Российской академии образования» http://skiv.instrao.ru/support/demonstratsionnye-materialya/ . Изучение ресурса Минпросвещения России «Электронный банк заданий для оценки функциональной грамотности» https://fg.reshe.edu.ru/ . Составление задания по функциональной грамотности для использования на уроках физической культуры.

Тема 3.2. Требования обновленного ФГОС ООО к предметным и метапредметным результатам освоения программы по учебному предмету «Физическая культура» по годам обучения	Лекция (1 час) Практика (1 час)	Системно-деятельностный подход как научно-методологическая основа разработки требований к метапредметным и предметным результатам освоения программы по учебному предмету «Физическая культура» по годам обучения. Межпредметные понятия и осознание целостной научной картины мира. Универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные) и способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности. Овладение навыками работы с информацией. Распределение предметных результатов освоения программы по учебному предмету «Физическая культура» по годам обучения (5 - 9 классы). Практическая работа: Проведение исследования де-моверсии рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» для обучающихся в 5-м классе по критерию «Соответствие содержания программы предметным результатам».
Тема 3.3. Система оценивания предметных и метапредметных результатов освоения программы по учебному предмету «Физическая культура» в соответствии с требованиями обновленного ФГОС ООО (по годам обучения)	Лекция (2 час) Практика (4 час)	Функции системы оценки; объект оценки; содержательная и критериальная база оценки достижения планируемых результатов освоения программы по учебному предмету «Физическая культура». Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы по учебному предмету «Физическая культура» как инструмент реализации требований обновленного ФГОС ООО. Итоговая оценка и результаты промежуточной аттестации. Особенности оценки предметных и метапредметных результатов по годам обучения. Оценка динамики индивидуальных достижений, обучающихся в процессе освоения программы по учебному предмету «Физическая культура». Накопительная система оценки. «Портфолио ученика» как средство самооценки познавательного, творческого труда ученика; рефлексии его собственной деятельности. Практическая работа: Редактирование рабочей программы учителя, составленной с использованием онлайн-сервиса «Конструктор рабочих программ» на портале Единого содержания общего образования: добавление раздела «Система оценивания достигнутых результатов по физической культуре».
Тема 3.4. Возможности современных УМК для реализации процесса обучения физической	Дистант (4 час)	Структура учебно-методического комплекса. Отличительные особенности, содержание, учебно-методических комплексов. Перечень учебно-методических комплексов по физической культуре. Выбор учебно-методического комплекса по физической культуре в зависимости от различных условий преподавания предмета в образовательной организации.

культуре		Самостоятельная работа. Анализ существующих УМК, рекомендуемых для образовательных организаций: Приказ Минпросвещения России от 21.09.2022 № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников».
Тема 3.5. Использование образовательных ресурсов, современных технологий, реализация инновационных проектов и программ	Лекция (4 час) Практика (4 час)	Внедрение новых методов обучения и воспитания, современных образовательных, здоровьесберегающих технологий. Использование ресурсов образовательных организаций в условиях дефицита учебных помещений для занятий физической культурой. Основы разновозрастного обучения. Организация занятий по физической культуре обучающихся разного возраста в одном помещении. Практическая работа. Обмен опытом по проектированию урока с использованием технологической карты; отбору методов, приёмов и форм обучения; конструированию урока в современной образовательной среде; вариантам планирования достижения предметных, метапредметных и личностных результатов на уроке; путям наиболее эффективного использования технологических карт уроков. Теория и практика использования цифровых технологий. Слушатели разрабатывают и представляют технологическую карту урока с использованием дистанционных образовательных технологий.
Тема 3.6. Медико-педагогический контроль на уроках физической культуры	Лекция (2 час) Практика (2 час)	Медико-педагогического контроль на уроках физической культуры. Медико-педагогический и самоконтроль за физическим развитием и уровнем тренированности. Система восстановительных мероприятий. Современные требования к обеспечению безопасности занятий и профилактике травматизма при выполнении физических упражнений. Требования к спортивной форме обучающихся в соответствии с метеоусловиями. Требования к инвентарю и оборудованию на спортивных объектах общеобразовательной организации. Признаки утомления и переутомления обучающихся на уроках физической культуры и во время спортивно-массовых мероприятий. Практическая работа. Применение функциональных проб на уроках физической культуры.

Тема 3.7. Алгоритм действий оказания первой помощи при получении травмы обучающимися на занятиях физической культурой и спортом, правила оказания первой помощи	Практика (2 час) Дистант (4 час)	Теоретические и методические материалы по причинам спортивного травматизма и рекомендации первой помощи. Актуальные вопросы оказания первой помощи на занятиях по физической культуре в образовательной организации. Универсальный алгоритм оказания первой помощи. Первичный осмотр пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего. Оценка опасности. Проверка сознания. Проверка признаков жизнедеятельности. Устойчивое боковое положение. Обеспечение личной безопасности при оказании помощи при кровотечениях. Виды кровотечений. Обработка неинтенсивного кровотечения. Алгоритм остановки интенсивного кровотечения. Давящая повязка. Правила наложения жгута. Особые случаи кровотечений: кровотечение при открытом переломе, кровотечение из головы, кровотечение из носа, травма глаза, инородное тело в ране.
Тема 3.8. Использование методических ресурсов различных видов спорта	Лекция (2 час) Практика (6 час)	Программы по физической культуре, рекомендованные экспертным советом Министерства образования и науки Российской Федерации по совершенствованию системы физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации для использования в образовательном процессе общеобразовательных организаций, основанных на различных видах спорта. Использование методических ресурсов различных видов спорта, с учётом здоровьесберегающих технологий. Обучение детей с ограниченными возможностями здоровья. Рабочие программы, составленные на основе программ по видам спорта для реализации в рамках школьного спортивного клуба (далее ШСК). Практическая работа. Посещение занятий в образовательных организациях, ДЮСШ, СШ и/или просмотр видеоматериалов лучших практик педагогов.
Тема 3.9. Подготовка обучающихся к сдаче норм ГТО как требование обновленного ФГОС ООО, ФГОС СОО	Дистант (6 час)	Определение норм физической нагрузки во время самостоятельной подготовки к сдаче норм ГТО; средства и методы тренировочных занятий, направленных на достижение положительного результата в силовых упражнениях, на развитие ловкости и гибкости; способы оценки тренированности в процессе самосовершенствования использования спортивного инвентаря и оборудования при подготовке к сдаче норм ГТО. Самостоятельная работа. Изучение методического материала и рекомендованной литературы, в которой раскрываются следующие вопросы: организация деятельности по подготовке к сдаче норм ГТО в рамках реализации ООП ООО.

Тема 3.10. Комплексный анализ урока по физиче- ской культуре обновлённых ФГОС ООО, ФГОС СОО	Дистант (6 час)	Просмотр и проведение критериального анализа урока по следующим параметрам: готовность учителя к уроку: наличие конспекта или плана урока, спортивного оборудования, спортивного инвентаря и т.д.; цель урока и соответствие плана и конспекта урока поставленной цели; подготовленность обучающихся; организационная структура урока; мобилизация и мотивация учеников в начале урока; последовательность, взаимосвязь и соотношение частей урока; моторная плотность урока; анализ содержания учебного материала урока; обоснование учителем избранной последовательности реализации учебного материала; соответствие программе и уровню знаний учащихся по предмету; связь с жизнью и практикой; общепедагогические и дидактические требования к уроку; обоснование выбора методов обучения; пути реализации дидактических принципов, индивидуального и дифференцированного подхода в обучении; взаимосвязь образовательных, развивающих и воспитательных аспектов урока; деятельность учителя; деятельность учащихся; проведение рефлексии; выводы по проведению урока. Самостоятельная работа. Изучение методического материала и рекомендованной литературы. Просмотр и проведение критериального анализа видеозаписи урока.
Итоговая аттестация	Практика (2 час)	Практическая работа. решение кейса, тестирование.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

3.1.Входной контроль

Форма: тестирование

Описание, требования к выполнению:

Тест состоит из 20 заданий с выбором одного или нескольких верных ответов.

Критерии оценивания:

Каждый верный ответ оценивается в 1 балл. Максимальное количество баллов - 20. Результаты входного тестирования используются преподавателями, в том числе для построения индивидуальной образовательной траектории слушателя.

Примеры заданий:

1. Единство обязательных требований к результатам освоения программ основного общего образования (в том числе по учебному предмету

«Физическая культура») реализуется в обновленном ФГОС ООО на основе:

- а) возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся при освоении программ основного общего образования, включая особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ;
- б) личностно-ориентированного образования;
- в) системно-деятельностного подхода;
- г) дидактических принципов научности, последовательности, наглядности, структурно-логичности.

2. К инструментам оценки качества профессионального образования можно отнести:

- а) лицензирование образовательной деятельности;
- б) государственный контроль (надзор) в сфере образования;
- в) мониторинг образовательного процесса в образовательной организации;
- г) государственную аккредитацию образовательной деятельности.

3. Примерная рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» для 5-9 классов общеобразовательных организаций представляет собой:

- а) объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества; условия деятельности образовательных организаций; требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс;
- б) методически оформленную конкретизацию требований обновленного ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание;
- в) вектор развития физических качеств и функциональных возможностей организма человека;
- г) тражение активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

Количество попыток: не ограничено

3.2. Выходной контроль

Форма: тестирование

Описание, требования к выполнению:

Тест состоит из 10 заданий с выбором одного или нескольких верных ответов. Каждый верный ответ оценивается с 1 балл. Максимальное количество баллов - 10.

Критерии оценивания:

Тестирование пройдено успешно, если правильно выполнено не менее 60 % заданий, соответственно набрано не менее 6 баллов. Интерпретация результатов: 60 % выполненных заданий и выше – слушатель освоил содержание темы. Менее 60 % выполненных заданий – результат недостаточен, рекомендовано повторное прохождение данной темы.

Примеры заданий:

Задания с выбором всех правильных ответов.

1. Обновленный федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования обеспечивает:

- а) единство образовательного пространства Российской Федерации;
- б) преемственность образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования;
- в) возможность составления программ основного общего образования с учетом образовательных потребностей и способностей обучающихся, включая одаренных детей, детей с ОВЗ;
- г) государственные гарантии обеспечения получения качественного основного общего образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации программ основного общего образования и результатам их освоения;
- д) возможность получения основного общего образования на родном языке;
- е) здоровьесберегающий режим и применение методик обучения, направленных на формирование гармоничного физического и психического развития, сохранение и укрепление здоровья;
- ж) формирование навыков оказания первой помощи, профилактику нарушения осанки и зрения;
- з) личностное развитие обучающихся;
- и) взаимодействие образовательной организации с семьей, общественными организациями, учреждениями культуры, спорта, организациями дополнительного образования, детско-юношескими общественными объединениями;
- к) формирование у обучающихся системных знаний о месте Российской Федерации в мире, ее исторической роли, территориальной целостности, культурном и технологическом развитии, вкладе страны в мировое

научное наследие и формирование представлений о современной России, устремленной в будущее.

2. Чем характеризуют физическое воспитание?

- а) укреплением здоровья, обеспечением работоспособности, силы, выносливости;
- б) знанием своих прав, обязанностей и ответственности за их несоблюдение;
- в) формированием у человека ответственного отношения к семье;
- г) совершенствованием в человеке способности воспринимать, создавать и гармоничное тело.

3. Какая образовательная технология предполагает индивидуальный подход к обучающимся?

- а) внутригрупповая дифференциация обучения;
- б) личностно-ориентированное обучение;
- в) проблемное обучение;
- г) технология моделирующего обучения.

4. Обновленный ФГОС ООО включает требования к:

- а) структуре программ основного общего образования;
- б) соотношению обязательной части программы основного общего образования и части, формируемой участниками образовательных отношений и их объему;
- в) кадровым, финансовым, материально-техническим условиям реализации программ основного общего образования;
- г) результатам освоения программ основного общего образования;
- д) предметным результатам освоения рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура».

5. Составная часть физической культуры, система организации, подготовки и проведения соревнований по различным комплексам физических упражнений?

- а) Спорт
- б) Физическая подготовка
- в) Физическое совершенствование

6. В соответствии с требованиями обновленного ФГОС ООО, рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» должна содержать: планируемые результаты освоения программы; содержание учебного предмета «Физическая культура»; тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета и _____. Вставьте пропущенные слова:

- а) электронные (цифровые) образовательные ресурсы;
- б) предметные результаты по годам обучения;
- в) метапредметные результаты по годам обучения;
- г) воспитательные цели и задачи;
- д) календарно-тематическое планирование.

7. Форма двигательных действий, выработанная по механизму условного рефлекса (динамического стереотипа) в результате соответствующих систематических упражнений

- а) двигательный навык;
- б) двигательный умения;
- в) двигательный способности;

8. Школьный спортивный клуб это...

- а) общественная организация учащихся, родителей и учителей, способствующая развитию физической культуры, спорта и туризма в школе;
- б) совокупность специфических духовных и материальных ценностей для занятий физическими упражнениями;
- в) общественная организация, объединяющая учащихся, тренерско-преподавательский состав детско-юношеских спортивных школ и администрацию для совместной работы по развитию физической культуры и массового спорта.

9. Максимальный объём воздуха, который может быть набран в лёгкие после максимально полного выдоха?

- а) Жизненная ёмкость лёгких
- б) Дыхательный объём
- в) Частота дыхания
- г) Максимальное потребление кислорода

10. Способ выполнения движения, с помощью которого решается двигательная задача - это..

- а) характеристика движения;
- б) методика физического воспитания;
- в) методика выполнения физических упражнений;
- д) техника физических упражнений.

Количество попыток: 10

3.3. Промежуточный контроль

Форма: тестирование

Описание, требования к выполнению:

Тест состоит из 10 заданий с выбором одного или нескольких верных ответов. Каждый верный

ответ оценивается с 1 балл. Максимальное количество баллов - 10.

Критерии оценивания:

Тестирование пройдено успешно, если правильно выполнено не менее 60 % заданий,
соответственно набрано не менее 6 баллов. Интерпретация результатов:
60 % выполненных
заданий и выше – слушатель освоил содержание темы. Менее 60 % выполненных заданий –
результат недостаточен, рекомендовано повторное прохождение данной темы.

Примеры заданий:

1. Задание на соответствие.

Определите, какие из представленных в таблице показателей не соответствуют характеристикам урока, направленного на формирование универсальных учебных действий:

2. Задания с выбором всех правильных ответов.

В ходе заключительной части урока проводится оценивание уровня достижения запланированных предметных и метапредметных результатов. С этой целью необходимо определить:

1. полноту и глубину теоретических знаний;
2. степень освоения двигательных действий в объеме изучаемых требований;
3. уровень развития физических способностей;
4. динамику личных показателей (см, сек, м, количество раз);
5. умение составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений;
6. домашнее задание.

Количество попыток: 10

3.4. Итоговая аттестация

Форма: Тестирование

Описание, требования к выполнению:

Итоговая аттестация проводится в форме тестирования. Слушателю предлагается ответить на 10 вопросов и решить 2 кейса. Каждый ответ на вопрос оценивается в 1 балл. Каждый правильно решенный кейс оценивается в 10 баллов. Максимальное количество баллов – 30. В кейсах описываются проблемные (педагогические) ситуации, с которыми педагог сталкивается в своей профессиональной деятельности, выполняя трудовую функцию «Обучение».

Критерии оценивания:

Итоговая аттестация пройдена, если слушатель правильно решил все кейсы и ответил на все вопросы, соответственно набрано не менее 30 баллов.

Кейс выполнен, если слушатель правильно выбрал стратегию профессиональных действий в предложенной ситуации. Интерпретация результатов: 100 % выполненных заданий и выше – слушатель освоил содержание программы. Менее 100 % выполненных заданий – результат недостаточен, рекомендовано повторное изучение содержания программы.

Примеры заданий:

1. Задания с выбором всех правильных ответов.

В примерной рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура» предметные и метапредметные результаты распределены по годам обучения. Укажите, какие из перечисленных результатов должен продемонстрировать пятиклассник.

Обучающийся к концу обучения в 5 классе научится:

1. выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;
2. проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;
3. выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх: футбол, волейбол, баскетбол;
4. составлять и выполнять комплекс ритмической гимнастики с включением элементов художественной гимнастики, упражнений на гибкость и равновесие (девушки);
5. понимать пользу туристских подходов как формы организа[1]ции здорового образа жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака.

2. Определите, какие виды деятельности осуществляют обучающиеся 5-го класса на уроке физической культуры, направленного на формирование универсальных учебных действий по теме «Исследование влияния здоровительных форм занятий физической культурой на работу сердца».

1. проводят мини-исследование во время утренней зарядки, физкультминутки, занятий по профилактике нарушения осанки, спортивных игр и др.;
2. измеряют пульс после выполнения упражнений (или двигательных действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;
3. сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют ее характеристики;

4. проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм;
5. проводят самостоятельные практические занятия;
6. составляют дневник физической культуры.

Решение кейса.

Вы проектируете урок по физической культуре с образовательно-познавательной направленностью для обучающихся 5-го класса в соответствии с требованиями обновленного ФГОС ООО. Составляя технологическую карту урока по теме «Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов», необходимо определить предметные и метапредметные результаты обучения. Выберите правильный вариант.

Предметные результаты: обучающийся научится выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения.

Метапредметные результаты:

Универсальные познавательные действия: обучающийся научится устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм ишибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом

Универсальные коммуникативные действия: обучающийся научится описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

Универсальные учебные регулятивные действия: обучающийся научится составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб.

Предметные результаты: обучающийся научится выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения.

Метапредметные результаты:

Универсальные познавательные действия: обучающийся научится анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек.

Универсальные коммуникативные действия: обучающийся научится выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источ-

ников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой.

Универсальные учебные регулятивные действия: обучающийся научится составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах.

Количество попыток: 10

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Организационно-методическое и информационное обеспечение программы

1. Федеральный закон от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», редакция от 25.12.2023 (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.06.2024).
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»».
5. Приказ Минспорта России от 22 февраля 2023 г. № 117 «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».
6. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 мая 2012 г. № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
8. Приказ Минпросвещения России от 12.08.2022 № 732 «О внесении

изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413».

9. Приказ Минпросвещения России от 02.08.2022 № 653 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 года № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования».

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

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

13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2022 № 874 «Об утверждении Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ».

14. Приказ Министерства спорта РФ от 22 февраля 2023 г. № 117 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

Основная литература

1. Абрамов С.А. Основы преподавания физической культуры в общеобразовательных организациях: учеб. пособие. Москва: ООО «Центр инновационного образования», 2021. 183 с.

2. Виленский М.Я., Чичикин В.Т., Торочкова Т.Ю. Физическая культура. Методические рекомендации. 5 - 7 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений. М. : Просвещение, 2020. 142 с.

3. Копотева Г.Л., Логвинова И.М. Проектируем урок, формирующий универсальные учебные действия. Волгоград : Учитель, 2021. 99 с.

4. Копылов Ю. А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях. М. : Арсенал образования, 2018. 393 с.

5. Лях В.И. Физическая культура. Методические рекомендации. 8 - 9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций. М. : Просвещение, 2020. 190 с.

6. Уроки физической культуры. Методические рекомендации. 8-9 классы / А.П. Матвеев. М. : Просвещение, 2020. 96 с.

7. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. – М.: Академия, 2018. – 320 с.

Дополнительная литература

1. Евсеев Ю.И. Физическая культура. 9-е изд., перераб. и доп. Ростов н/Д: Феникс, 2019. 444 с.
2. Методические рекомендации Минспорта России (Министерство спорта РФ) от 31 марта 2017 г. «Методические рекомендации по организации и выполнению испытаний(тестов), Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
3. Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Учебное пособие. М. : Юрайт, 2019. 254 с.
4. Решетников Н.В. Физическая культура: Учебник / Н.В. Решетников. - М.: Академия, 2018. - 288 с.
5. Селиванова Н. Л., Степанов П. В., Круглов В. В., Парфенова И. С., Степанова И. В., Черкашин Е. О., Шустова И. Ю. Воспитание + Авторские программы школ России (избранные модули). М. : ФГБНУ «Институт стратегии развития образования Российской академии образования», 2020.
6. Физическая культура в школе // Физическая культура в школе. 2018 – 2022. № 1-12.

Электронные обучающие материалы

Интернет-ресурсы

1. Методическая поддержка учителей физической культуры группы компаний «Просвещение». [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://prosv.ru/subject/physical-education.html> (дата обращения: 27.03.2023).
2. Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры». <http://www.teoriya.ru/journals/> (дата обращения: 27.03.2023).
3. Сайт всероссийской олимпиады школьников по физической культуре (задания олимпиады по физической культуре за 2005 – 2021 г.г.). [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://olimpiada.ru/activity/94/tasks/2021?class=7&year=2021> (дата обращения: 27.03.2023).
4. Сайт Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.gto.ru/> (дата обращения: 27.03.2023).
5. Сайт Федерального центра организационно-методического обеспечения физического воспитания. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://фцомовфв.рф/> (дата обращения: 27.03.2023).

6. Физическая культура. Государственная образовательная платформа «Российская электронная школа» Электрон. дан. – Режим доступа: <https://resh.edu.ru/subject/9/> (дата обращения: 27.03.2023).

4.2. Материально-техническое обеспечение программы

Технические средства обучения

Для реализации программы необходимо:

- компьютерное и мультимедийное оборудование: автоматизированное рабочее место преподавателя; интерактивная доска; рабочее место слушателя, оснащенное персональным компьютером (компьютерный класс) с возможностью выхода в сеть Интернет;
- Видео – и аудиовизуальные средства обучения и др.;
- цифровые образовательные ресурсы;
- доступ к сети Интернет и информационным источникам;
- дидактический раздаточный материал.