

МОБУ СОШ №5
им. Н.О.Кривошапкина

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Морозовой Валентины Валериановны
учителя физической культуры

2012-2017 учебный год

Цели и ценности образовательной программы

Настоящая Образовательная программа является составной частью Образовательной программы школы по:

- реализации образования, адекватного имеющемуся у ребенка уровню общего развития;
- осуществлению образовательного процесса в соответствии с программными требованиями и требованиями ФГОС;
- использованию в образовательном процессе новейших знаний и гуманитарных технологий;
- целенаправленному формированию и наращиванию у школьников базовых компетентностей;
- обеспечению возможностей формирования и реализации исследовательской, проектной, конструкторской компетентностей;
- формированию российской идентичности у современного молодого человека;
- созданию комфортной детско-взрослой образовательной общности, как пространства взросления ребенка, появления готовности к осуществлению социального действия и принятия ответственности за него, формирование ценностного самоопределения.

ОП направлена на достижение результатов:

- ▲ личностных,
- ▲ метапредметных,
- ▲ предметных.

Требования к результатам освоения основной образовательной программы:

Личностным:

- включающим готовность и способность обучающихся к саморазвитию.
- сформированность мотивации к обучению и познанию,
- ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества;
- сформированность основ гражданской идентичности.

Личностные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

1. формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
2. формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
3. формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
4. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
5. принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
6. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

7. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
8. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
9. развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
10. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметным:

- включающим освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные),
- обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями,
- составляющими основу умения учиться,
- межпредметными понятиями.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной

программы начального общего образования должны отражать:

1. овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
2. освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
3. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
4. формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
5. освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
6. использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
7. активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
8. использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
9. овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в

соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10. овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
11. готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
12. определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
13. готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
14. овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
15. овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
16. умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

17. Предметным:

- включающим освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению,
- систему основополагающих элементов научного знания, лежащих в основе современной научной картины мира.

Основные требования Стандарта качества предоставления муниципальных услуг в сфере образования (муниципальное задание):

В части результата оказания услуг:

Направление Муниципального задания	Показатель Муниципального задания	Показатель учителя
Успеваемость (У), качество (К) обученности по ступеням	1 общеобразовательная – У-100%, К-45%.	Успеваемость: Качество:
	2 общеобразовательная – не менее У-95%, К-30%.	
	3 углубленный – не менее У-100%, К-40%.	
Доля обучающихся	1 общеобразовательный – не	

оставленных по неуспеваемости на второй год, от общего числа обучающихся	<p>более 5%.</p> <p>2 общеобразовательный – не более 5%.</p> <p>3 углубленный – 0%.</p>	
Доля выпускников 11-х классов, окончивших общеобразовательное учреждение со справкой	<p>1 общеобразовательный – не более 1%.</p> <p>2 общеобразовательный – не более 5%.</p> <p>3 углубленный – не более 1%.</p>	
Доля призеров международных, всероссийских, региональных, республиканских, городских олимпиад, конкурсов, НПК от общего количества учащихся	<p>Углубленный – не менее 0,5%</p>	
Доля учащихся, охваченных системой дополнительного образования при школе, в том числе спортивной, оздоровительной	<p>1 общеобразовательный – не менее 60%.</p> <p>2 общеобразовательный – не менее 50%.</p> <p>3 углубленный – не менее 50%.</p>	
Доля выпускников, преодолевших минимальный порог по русскому языку и математике (результаты ЕГЭ)	<p>1 общеобразовательный – не менее 90%.</p> <p>3 углубленный не менее 95%.</p>	
Удовлетворенность населения качеством образовательных услуг	<p>1 общеобразовательный – 95%.</p> <p>2 общеобразовательный – 85%.</p> <p>3 углубленный – 85%.</p>	

Цель обучения (предмет) - достижение требуемых предметных результатов на базовом уровне, направленном на формирование компетентностей:

Цель обучения образовательного компонента «Физическая культура» — формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью.

В соответствии с данной целью формулируются **задачи учебного предмета** «Физическая культура»:

- формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих её социокультурные, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- совершенствование навыков в базовых двигательных действиях, их вариативного использования в игровой деятельности и самостоятельных учебных заданиях;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми, с повышенной координационной сложностью;
- формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения и осанки и культурой движения;
- расширение функциональных возможностей систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;
- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных рекреативных формах, способствующих групповому взаимодействию посредством подвижных игр и элементов соревнования.

Модуль 2. **Адресность образовательной программы**

ХАРАКТЕРИСТИКА ОБУЧАЮЩИХСЯ, КОТОРЫМ АДРЕСОВАНА ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА.

Использование 3 видов диагностики:

- диагностика уровня обучаемости;
- диагностика уровня усвоения учебного материала;
- диагностика уровня фактической обученности.

Диагностика уровня обучаемости

Обучаемость – индивидуальные показатели качества и скорости усвоения знаний, умений в процессе обучения. В основе обучаемости лежит уровень развития познавательных процессов (восприятие, мышление, внимание, память, воображение, речь).

Выделяются следующие уровни обучаемости:

- **Творческий** (учащиеся обладают многосторонними способностями, имеют высокую работоспособность, испытывают потребность в умственном труде обладают умениями конструировать материал, умеют аргументировано доказывать свою точку зрения, свободно внедряют новые знания в систему уже сложившихся знаний, легко переводят письменную речь в устную, формируют новые обобщения, предлагают новые выводы, оригинальны в мышлении, умеют ассоциировать аналогичные связи, обладают большим словарным запасом).
- **Продуктивный** (учащиеся осознают цель, понимают возникшую проблему, планируют содержание и структуру своей деятельности, легко составляют план последовательности действий, находят новые приемы решения проблемы, умеют выбрать оптимальные пути решения, моделируют ход суждения, имеют знания и умения по самообразованию).
- **Репродуктивно-творческий** (учащиеся умеют делать простые обобщения, сцеплять простые выводы в более сложные, овладевают материалом в том объеме, который

имеется в учебнике, не внося нового; учебные задания первоначально выполняют на уровне копирования, в процессе закрепления проявляют догадливость, сообразительность, но проявить собственное отношение к фактам не могут, предпринимают попытку открыть новое знание; принимают участие в решении проблемы, но самостоятельно преобразовать её не могут, умеют работать с несколькими информационными источниками).

Данная диагностика проводится следующими методами обучения: индивидуальные задания, формирование мобильных групп, различные формы творческих заданий, типовые задания, выполнение заданий по образцу, использование дополнительной информации, самостоятельные задания, дифференцированные виды заданий.

Выводы:

Данные результаты диагностики позволяют спланировать последующую деятельность учителя на повышение творческого уровня обучаемости. Необходимо более широко использовать дифференцированный подход обучения, установить различные уровни требований к усвоению материала в процессе обучения, предоставить ученикам добровольность выбора уровня усвоения, создать ситуацию успеха для учащихся, испытывающих трудности в обучении, организовать систему помощи ученикам, сориентировать учеников на творческое усвоение материала.

Диагностика уровня усвоения учебного материала

Диагностику уровня усвоения учебного материала эффективно использовалась в процессе изучения определенных тем. Это помогает до завершения работы над темой выявить возникшие проблемы усвоения материала, а ученики имеют возможность сориентироваться в преодолении дальнейших ошибок, выделить основные слабые звенья в процессе усвоения. С этой целью целесообразно проводить мини-тесты. Мини-тесты необязательно представлены в классической форме.

Выводы:

Данные результаты исследования ориентируют учителя на расширение интеграции уроков на разнообразие методов подачи нового материала, использование нетрадиционных форм уроков, помогает учителю спланировать дальнейшую работу по изучению темы (внесение корректировок, смещение главных акцентов, работа по восстановлению пробелов в знаниях учащихся по данной теме).

Диагностика фактического уровня обученности

Фактический уровень обученности – это результат предшествующего обучения, а также условие успешности последующего обучения. Уровень обученности диагностируется на конечном этапе изучения какой-либо темы.

Основным видом диагностики уровня обученности является тест. Тестирование дает более полноценную информацию. Тестовые задания можно разработать с учетом дифференцированного подхода: сложные, средние, облегченные варианты. Это поможет слабым учащимся выбрать пригодную для них степень работы, а сильным учащимся раскрыть свой потенциал и повысить уровень работы над самореализацией.

Основное требование к тестовым заданиям — достижение лучшего результата.

Данный вид диагностики уместно начинать вводить с 5 класса, чтобы ученики привыкли к такой форме работы и не испытывали психо-эмоционального напряжения к 9-11 классам.

Выводы

Данная диагностика позволяет учителю контролировать степень обученности учащихся. Её можно сопоставить с диагностикой других учителей, работающих с теми же возрастными категориями учащихся по той же теме. А на основе сопоставления

произвести сравнительный анализ собственной педагогической работы в данной области.

Диагностирование фактического уровня обученности также позволяет учителю спланировать методы и приемы работы по изучению следующей темы; помогает в самоанализе целостной работы учителя; может являться и видом итогового контроля знаний учащихся; предполагает разноуровневый подход к обучению школьников; выявляет склонность к успешности или неуспешности обучения данного контингента детей, в связи с чем позволяет корректировать дальнейшие задачи обучения.

Модуль 3. **Учебные планы**

УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА на учебный год:

Наименование предмета	Класс	Кол-во часов в неделю	Уровень (общеобразовательный/ углубленный/ профильный)	Компонент (федеральный/ НРК и школьный)
Физкультура	1А	3	общеобразовательный	федеральный
Физкультура	1Б	3	общеобразовательный	федеральный
Физкультура	1В	3	общеобразовательный	федеральный
Физкультура	1Г	3	общеобразовательный	федеральный
Физкультура	2А	3	общеобразовательный	федеральный
Физкультура	2Б	3	общеобразовательный	федеральный
Физкультура	2В	3	общеобразовательный	федеральный
Физкультура	4А	3	общеобразовательный	федеральный
Физкультура	4Б	3	общеобразовательный	федеральный
Физкультура	4В	3	общеобразовательный	федеральный

Модуль 4. **Учебно-программное обеспечение**

Учебные программы избраны с учетом особенностей обучающихся и идеологией (целями и задачами) преподавания предмета.

В качестве учебных программ избраны примерные программы, утвержденные МО РФ; МО РС(Я) - для национально-регионального компонента.

В образовательном процессе осуществляет преемственность учебников и учебных программ по ступеням общего образования. Комплект используемых в образовательном процессе учебников и учебных пособий соответствует Перечню учебных изданий, рекомендованных МО РФ.

Образовательный процесс обеспечен аудиовизуальными средствами:

Предмет	Аудиовизуальные педагогические средства		
	CD	видео	аудио
Физкультура	5	-	4
Всего	5	-	4

Учебно-методический комплекты:

Кем утверждена программа	Автор УМК	Название учебника	Издательство	Год
МО РФ	Лях В.И.	«Мой друг – физкультура» 1-4 классы	«Просвещение»	2002
	Качашкин В.М.	Физическое воспитание в начальной школе	«Просвещение»	1978
	Литвинов Е.Н.	Методика физического воспитания	«Просвещение»	2001
	Вайнбаум Я.С.	Дозировка физических нагрузок	«Просвещение»	1991
	Кузнецов В.С.	Методика обучения основным видам движений	«Владос»	2002
	Смирнова Л.А.	Общеразвивающие упражнения для младших школьников	«Владос»	2003
	Филиппович В.И.	Теория и методика гимнастики	«Просвещение»	1971
	Кочнев В.П.	Якутские прыжки	Якутск	1997
	Шамаев И.К.	Воспитание в национальных традициях	Якутск	2003
	Чехов О.С.	Спортивные и подвижные игры	«Физкультура и спорт»	
	Погодаев Г.И.	Учебник 1-2 классы	Дрофа	2012
	Барышников В.Я. Белюсов А.И.	Учебник 1-4 классы	«Русское слово»	2013

Модуль 5.
Внеклассная работа по предмету

Дополнительное образование рассматривается как расширение содержания и форм образования.

Все формы внеучебной деятельности организуются на основе утвержденных программ.

Программы внеучебной деятельности в большинстве своем взаимосвязаны с учебными программами, что позволяет обеспечивать индивидуальный образовательный маршрут обучающихся.

Дополнительное образование реализует стратегические цели учреждения в целом, но имеет и свои специфические задачи:

- ▲ выявление и развитие склонностей и способностей детей к различным видам деятельности;
 - ▲ Освоение детьми социальной практики общения, планирования и организации собственной деятельности;
 - ▲ создание условий для детского творчества в области искусства, науки и техники;
 - ▲ создание основанного на интересах детей практического дополнения к школьным предметным курсам;
 - ▲ профессиональная ориентация школьников;
 - ▲ формирование разновозрастных детских коллективов по интересам;
- организация досуга и отдыха детей во внеурочное время.

№	Наименование формы дополнительного образования – количество детей	Периодичность занятий
1	Футбол (1 группа) 10 – 12 чел	1 раз в неделю

Модуль 6.
Организационно-педагогические условия образовательного процесса

1. УЧЕБНО-МАТЕРИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ. ПОРТФОЛИО УЧЕБНОГО КАБИНЕТА.

ПОРТФОЛИО
КАБИНЕТА_ спортивный зал _____

1. Ответственный за кабинет Бубякин В.А. _____
2. Классы, для которых оборудован кабинет __ 1 - 11 _____
3. Площадь кабинета __ 21 х 15 м. _____

ОПИСЬ ИМУЩЕСТВА КАБИНЕТА

№ п/п	Наименование имущества	Количество
1	Учительский стол	3

2	Учительский стул	5
3	Шкаф плательный	2
4	Шкаф 2-хдверный	1
5	Шкаф книжный	2
6	Стенды	4
7	Козел гимнастический	1
8	Конь гимнастический	1
9	Бревно гимнастическое	1
10	Мостик гимнастический	6
11	Переключатель гимнастическая	3
12	Маты гимнастические	28
13	Обруч гимнастический	45
14	Мяч гимнастический	10
15	Мяч волейбольный	70
16	Сетка в/б	5
17	Щит б/б	7
18	Кольцо б/б	7
19	Сетка для б/б кольца	13
20	Мяч б/б	67
21	Скакалки	50
22	Набор модулей	1
23	Стол теннисный	3
24	Льжи	50
25	Лыжные палки	25 пар
26	Ботинки лыжные	30 пар
27	Бадминтон	4
28	Бадминтон с мячом	2
29	Гранаты	11
30	Гиря	7
31	Сетка теннисная	1
32	Теннисный набор	4
33	Мяч для настольного тенниса	6
34	Насос	6
35	Мяч набивной	25
36	Конус	14 больших 5 малых
37	Канат	5
38	Мяч футбольный	25
39	Мяч для большого тенниса	15 х 3 (компл)
40	Эстафетные палочки	1 комп. (6 шт)
41	Стойки для прыжков в высоту	4 компл.
42	Стойка б/б (сборная)	1

**Инвентарная ведомость на технические средства обучения
спортивного зала**

№п/п	Наименование ТСО	Марка	Год приобретения	Инвентарный номер по школе
1.	Магнитофон			
2.	Компьютер			
3.	Принтер			
4.	Канон			
5.				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ И СПРАВОЧНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. СПРАВОЧНИКИ

№ п/п	Название	Автор	Издательство	Год издания	Кол-во экз.
1					

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ

№ п/п	Название	Автор	Издательство	Год издания	Кол-во экз.
1					

3. ЖУРНАЛЫ

№ п/п	Название	№ журнала	Издательство	Год издания	Кол-во экз.
1	Физкультура в школе	1-8	ФИС	2001-2010	40

5. ДИДАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ

№ п/п	класс	название	автор	издательство	Год издания	Кол-во экз.
1						

НОСИТЕЛИ УЧЕБНОЙ ИНФОРМАЦИИ

(подписка, книги для внеклассного чтения, внеклассной работы)

№ п/п	Название	Автор	Издательство	Год издания	Кол-во экз.
1	Физкультура в школе	1-4 5-8	«Школьная пресса»	2002-2010	46

АУДИОМАТЕРИАЛЫ

1. ЛАЗЕРНЫЕ ДИСКИ

№ п/п	класс	Раздел, тема	Название	Кол-во экз.
		Легкая атлетика	Бег, прыжки	1
		Гимнастика	Художественная	1
		Футбол	гимнастика, гим-ка	1
		Баскетбол		1
		Волейбол		1

2. АУДИОКАССЕТЫ

№ п/п	класс	Раздел, тема	Название	Кол-во экз.

Модуль 7. **Технологии образовательного процесса**

Выбор образовательных систем и технологий обучения обусловлен **требованиями к ступеням школьного образования, спецификой преподаваемого предмета.**

Начальная школа:

- формирование прочных общеучебных умений и навыков;
- формирование у детей желания и умения учиться;
- формирование навыков творчества на основе положительной мотивации учения;
- обретение опыта общения и сотрудничества;
- постепенность перехода от игровой деятельности к учению, построение адаптационного периода при переходе от дошкольной к школьной жизни;
- освоение новых форм организации школьной жизни, обеспечивающих ученику возможность выбора задания, способа его выполнения, материала, темпа, объема;
- расширение психологического обеспечения учебно-воспитательного процесса;
- формирование у детей компетенции самооценивания;
- ориентация оценки не на абсолютные, фиксированные, а на относительные показатели детской успешности;
- создание особого ритма занятий - гибкости в определении продолжительности урока;
- развитие научно-исследовательских навыков и творческих способностей одаренных детей.

Образовательный процесс начальной школы направлен на формирование компетентностей:

- понимание учебной задачи, правильное соблюдение последовательности действий по выполнению учебной задачи, достижение положительных результатов;
- способность к оценке своей деятельности и деятельности одноклассников по заданному алгоритму;
- соблюдение правильной осанки за рабочим местом;
- способность бегло, сознательно, правильно читать с соблюдением норм литературного произношения, логических ударений, пауз, тона, темпа чтения;
- умение пользоваться различными видами чтения: сплошным, выборочным, комментированным, по ролям, про себя;
- способность на уровне возраста начальной школы подбирать и группировать материал по определенной теме из научных, официально-деловых, публицистических и художественных текстов;
- умение составлять простой план письменного текста;
- способность грамотно и каллиграфически правильно списывать тексты;
- способность грамотно писать под диктовку;
- владение различными видами изложения учебного материала;
- умение выполнять сравнения (неполные однолинейные и полные однолинейные);
- сформированность вычислительных компетенций.

В начальной школе учебный процесс организуется по следующим образовательным программам и системам обучения:

- «Школа России»
- «Школа 2100»
- «Гармония»
- Помимо хорошо зарекомендовавших себя традиционных методик обучения, используются **технологии**:
 - Стратегии обучения:
 - Стратегии обучения на основе опыта.
 - Стратегии обучения на основе трансформации знаний.
 - Стратегии критичного обучения.
 - Стратегии интегрального обучения.
 - Стратегии обучения в практике.
 - Стратегия самоуправляемого обучения.
 - Стратегии обучения планированию карьеры.
 - Стратегии кооперативного обучения.
 - Стратегии непрерывного активного обучения.
 - Коммуникативные стратегии обучения.
 - Стратегии обучения в сетевых сообществах.
 - Стратегии «обучения действием».
 - Стратегии обучения «жизненным навыкам».
 - Стратегии проектного обучения.
 - Стратегии рефлексивного обучения.
 - Стратегия партисипативного обучения.
 - Стратегии организационного обучения.
 - Стратегические тренинги.

Технологии обучения, методы:

- Тренинги.
- Технология обучения с использованием метода кейсов.
- Технология развития критического мышления через чтение и письмо.
- Технология имитационного игрового моделирования.
- Технологии обучения с использованием методов коучинга.
- Метод casestudy ("разбор конкретных ситуаций").

КОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Прежде всего следует различать два термина – «подготовка» и «подготовленность». *Подготовка* обозначает процесс. Поэтому когда используется этот термин, то подразумевается выбор средств, методов, форм, организации, системы их использования, ресурсное обеспечение. *Подготовленность* обозначает результат процесса, то есть что получилось (образовалось, изменилось) в итоге, от начала к концу этого процесса. Исходя из этого будем считать, что обучение – это процесс, а Обученность – результат; воспитание – это процесс, а воспитанность – результат.

Следовательно, сочетание терминов «физическая подготовка» обозначает процесс, направленный на развитие физических (двигательных) качеств человека, а сочетание терминов «физическая подготовленность» - результат этого процесса. В данном разделе речь идет о контроле физической подготовленности как результата физической подготовки.

Уровень физической подготовленности учащихся характеризует эффективность решения одной из задач физического воспитания. Он определяется с помощью двигательных тестов. В настоящее время рекомендуется достаточно большой их набор. Специалисты пытаются внедрять авторские наборы. Это допустимо лишь относительно, так как зачастую игнорируются требования теории тестирования. Например, такие требования, как информативность, надежность, репрезентативность и др. Разнообразие тестов не дает возможности провести сравнительный анализ результатов деятельности отдельных специалистов, школ, районов, городов, регионов. Кроме того, возникают затруднения в разработке государственных ориентиров (норм) оценивания уровня физической подготовленности.

Мы считаем, что каждый специалист, каждая учебная программа может предлагать свой набор тестов для определения уровня физической подготовленности учащихся. Однако контроль физической подготовленности должен проводиться на основе унифицированного состава тестов и нормативных показателей. Унификация должна быть как и минимум на уровне региональном.

В настоящее время государственные ориентиры норм физической подготовленности учащихся не унифицированы, так как рекомендованные Министерством образования учебные программы представляют свои варианты тестирования. По их составу, нормативным требованиям они отличаются друг от друга весьма существенно.

Для оценивания уровня физической подготовленности учащихся предлагаются две технологии. *Первая* ориентирована на состав тестов и нормативные требования, представленные в последнем выпуске комплексной учебной программы, допущенной Министерством образования к реализации. Это одна из форм государственного контроля уровня физической подготовленности учащихся. Она предусматривает контроль результатов физической подготовки учащихся выпускных классов (4, 9,11). Состав тестов и нормативные требования по ним представлены ниже.

	Тесты	Результат	
		мальчики	Девочки
1	Бег 30 м с высокого старта	6,5 сек.	7,0 сек.
2	Прыжок в длину с места	130 см	125 см
3	Подтягивание в висе	5 раз	4 раза
4	Бег 1 км, лыжи 1,5 км, плавание 25 м	Без учета времени	
5	Челночный бег 3 × 10 м	11,0 сек.	11,5 сек.

Вторая технология тестирования физической подготовленности учащихся является региональной. Она позволяет оценить уровень физической подготовленности учащихся любого класса. С течением времени система региональных тестов может меняться, что естественно. В настоящее время реализуется система регионального тестирования, которая включает пять тестов.

Состав тестов определен исходя из следующих оснований.

1. Репрезентативность состава тестов для оценивания физической подготовленности. Она, как известно, характеризуется показателями силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости. Следовательно, должны быть представлены тесты, с помощью которых можно оценить уровень всех перечисленных двигательных качеств.

2. Надежность и информативность отобранных тестов. Это значит, что они должны оценивать именно то качество, которое измеряется. При этом на достижение результата тестирования не должны оказывать существенного влияния сопутствующие для тестирования факторы.

3. Простота содержания тестов и технологии процедуры тестирования.

Для оценивания физической подготовленности учащихся предлагается пять тестов – челночный бег 3×10 м, прыжок в длину с места, подтягивание (мальчики), поднятие туловища (девочки), тест на гибкость.

1. Челночный бег 3×10 м.

О с н о в а н и е. Тест характеризует ловкость и быстроту. Ловкость проявляется при поворотах. Быстрота проявляется в скорости перемещения. Количество отрезков определено исходя из того, что меньшее их число (2,) не позволяет в необходимой мере проявиться ловкости, а большее их число приводит к утомлению, которое существенно сказывается на проявлении быстроты.

Т е х н и к а и з м е р е н и я. Для Активизации испытуемых бег проводится в парах. Причем подбираются примерно равные по своим возможностям учащиеся. На линиях, ограничивающих 10 м, устанавливаются набивные мячи. Можно использовать и другие предметы. Однако следует иметь в виду, что надувные мячи при задевании откатываются с линии, и их нужно будет все время возвращать на место. Использование твердых предметов или травмоопасно (если они большие), или приводит к нарушению техники поворота (если они небольшие). По сигналу (словом, свистком) испытуемые стартуют одновременно, пробегают отрезок, огибают ориентир, не касаясь его, пробегают следующий отрезок и т.д. Результат фиксируется секундомером с точностью до 0,1 сек. При смещении набивного мяча (или используемого предмета) испытуемым в сторону уменьшения контрольного отрезка попытка не засчитывается и повторяется.

2. Прыжок в длину с места.

О с н о в а н и е. Тест характеризует скоростно-силовую подготовленность. Его информативность и надежность примерно такие же, как у многих других тестов, характеризующих этот вид физической подготовленности. Однако его простота, малое время тестирования и привычность позволяют рекомендовать его в первую очередь.

Т е х н и к а и з м е р е н и я. Из двух попыток, выполняемых по правилам соревнований, фиксируется с точностью до 1 см лучший результат.

3. Сгибание рук в висе (подтягивание). Мальчики – в висе хватом сверху.

О с н о в а н и е. Тест характеризует силовую выносливость и абсолютную силу. По надежности и информативности он мало чем отличается от других тестов подобного рода. Однако привычность и простота позволяют рекомендовать его в первую очередь.

Т е х н и к а и з м е р е н и я. Хватом сверху, сгибая руки, подъем до уровня подбородка. Опускание на прямые руки. Темп произвольный. Не допускается раскачивание и маховые движения ногами.

4. 6-минутный бег.

О с н о в а н и е. Тест характеризует выносливость. Он позволяет, не вовлекаясь в экстремальные условия соревновательной деятельности (что характерно для использования в качестве теста на выносливость бега на различные дистанции – 500 м, 1, 2, 3 км и т.п.), определить индивидуально вид перемещения (ходьба, бег) и интенсивность.

Т е х н и к а и з м е р е н и я. По сигналу группа испытуемых (их число определяется возможностями обеспечения тестирования) начинает перемещение по заранее размеченному (через 50 м) и визуально наблюдаемому кругу. Разрешается перемещаться бегом или ходьбой с индивидуально выбираемой скоростью перемещения. По истечении 6 мин.

подается сигнал, по которому тестируемые должны остановиться. Подсчитывается количество преодоленных метров.

5. Тест на гибкость.

О с н о в а н и е. Предлагается тест, разработанный Ф.Л. Доленко. В отличие от традиционно рекомендуемых (наклоны, выкруты, шпагаты, мост) он характеризуется, во-первых, вовлечением в процесс тестирования всех крупных суставов, а во-вторых, в нем отсутствует влияние силового компонента готовности испытуемых. С помощью этого теста измеряется гибкость (комплексная характеристика), а не подвижность отдельно взятых суставов.

Т е х н и к а и з м е р е н и я. Во избежание травм и снижения результата тест требует тщательной разминки. Из исходного положения стоя спиной к шведской стенке (или специально оборудованной для этого теста), хватом снизу взяться за рейку стенки на уровне шейных позвонков. Измеряется расстояние от плеч до пола в сантиметрах (Н). Выпрямляя руки, максимально прогнуться вперед, не сгибая ног и не отрывая пятки от пола. Измеряется (желательно быстро) величина прогиба (по горизонтальной линии) от линии стенки до поясничного отдела позвоночника (h). Полученная величина h делится на Н. Вычисленный показатель характеризует гибкость. Он всегда меньше единицы.

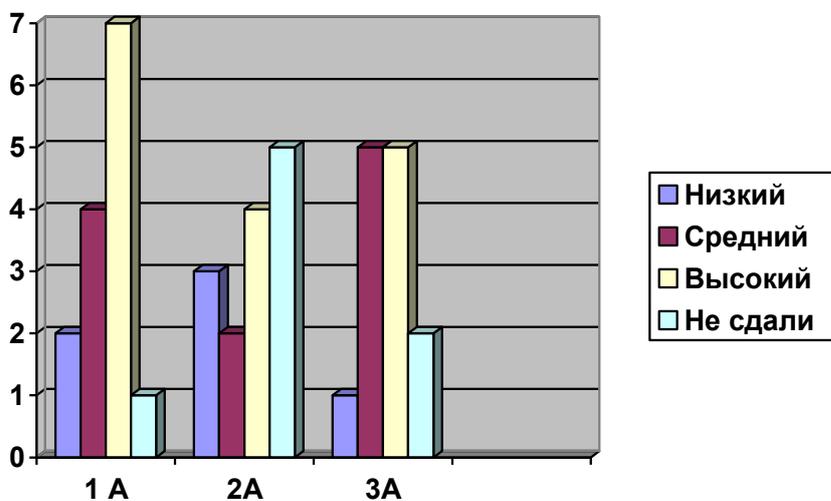
В соответствии с методикой тестирования испытуемые выполняют двигательные задания в такой последовательности: челночный бег, прыжок в длину с места, подтягивание, 6-минутный бег, гибкость. Демонстрируемые испытуемыми результаты (по каждому тесту) оцениваются по таблицам 4-12 в очках. Оценочные таблицы ориентированы не на класс, в котором обучается испытуемый, а на его возраст на момент тестирования. Это связано с тем, что в пределах одного класса имеются учащиеся разного возраста. Получаемые по каждому тесту очки суммируются. Сумма очков, равная 50, соответствует оценочному суждению «сдано» или оценке «удовлетворительно». Неудовлетворительные оценки по какому-либо показателю не суммируются. Например, ученик получил оценки 5, 4, 3, 2. Общая сумма его будет 12 (5 + 4 + 3). Следовательно, он получает неудовлетворительную оценку. Сумма очков на оценку «хорошо» и «отлично» определяется методическим объединением учителей физической культуры района.

Контрольные упражнения (тест)	Класс	Уровень					
		Мальчики			Девочки		
		низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Бег 30 м, сек.	1	7,5 и выше	7,3 – 6,2	5,6 и ниже	7,6 и выше	7,5-6,4	5,8 и ниже
	2	7,1	7,0-6,0	5,4	7,3	7,2-6,2	5,6
	3	6,8	6,7-5,7	5,1	7,0	6,9-6,0	5,3
	4	6,6	6,5-5,6	5,1	6,6	6,5-5,6	5,2
Челночный бег (3x10) сек.	1	11,2 выше	10,8-10,3	9,9 и ниже	11,7 выше	11,3-10,6	10,2 и ниже
	2	10,4	10,0-9,5	9,1	11,2	10,7-10,1	9,7
	3	110,2	9,9-9,3	8,8	10,8	10,3-9,7	9,3
	4	9,9	9,5-9,0	8,6	10,4	10,0-9,5	9,1
Прыжок в длину с места, см.	1	100 и ниже	115-135	155 и выше	85 и ниже	110-130	150 и выше
	2	110	125-145	165	90	125-140	155
	3	120	130-150	175	110	135-150	160
	4	130	140-160	185	120	140-155	170
6-минутный бег,	1	700 и ниже	730-900	1100 выше	500 и ниже	600-800	900 и выше
	2	750	800-950	1150	550	650-850	950
	3	800	850-1000	1200	600	700-900	1000

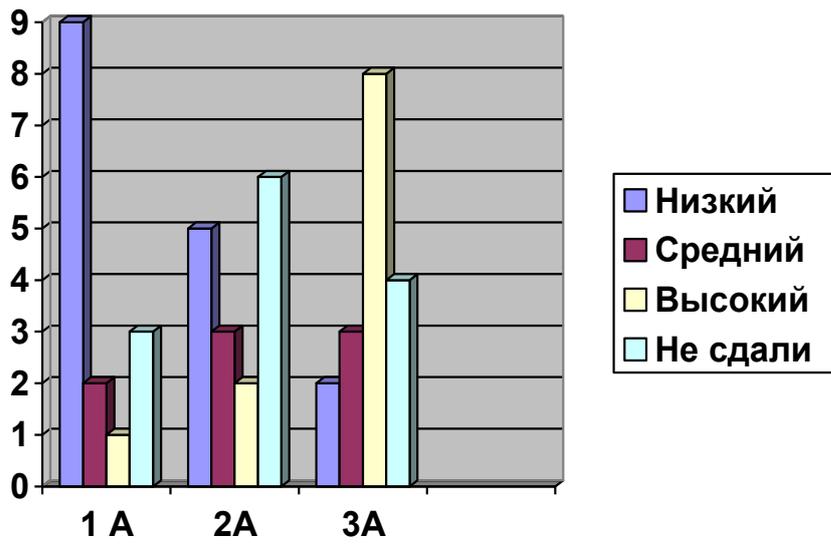
м.	4	850	900-1050	1250	650	750-950	1050
Наклон вперед из положения сидя, см.	1	1 и ниже	3 - 5	9 и выше	2 и ниже	6 - 9	12,5 и выше
	2	1	3 - 5	7,5	2	5 - 8	11,5
	3	1	3 - 5	7,5	2	6 - 9	13,0
	4	2	4 - 6	8,5	3	7 - 10	14,0
Подтягивание на высокой перекладине (маль).	1	1	2 - 3	4 и выше			
	2	1	2 - 3	4			
	3	1	3 - 4	5			
	4	1	3 - 4	5			
Поднимание туловища (дев), 30 сек	1				5 и ниже	6 - 12	13 и выше
	2				7	8 - 14	15
	3				8	9 - 16	17
	4				9	10 - 18	19

Результаты тестирования 1 А класса за 3 года:

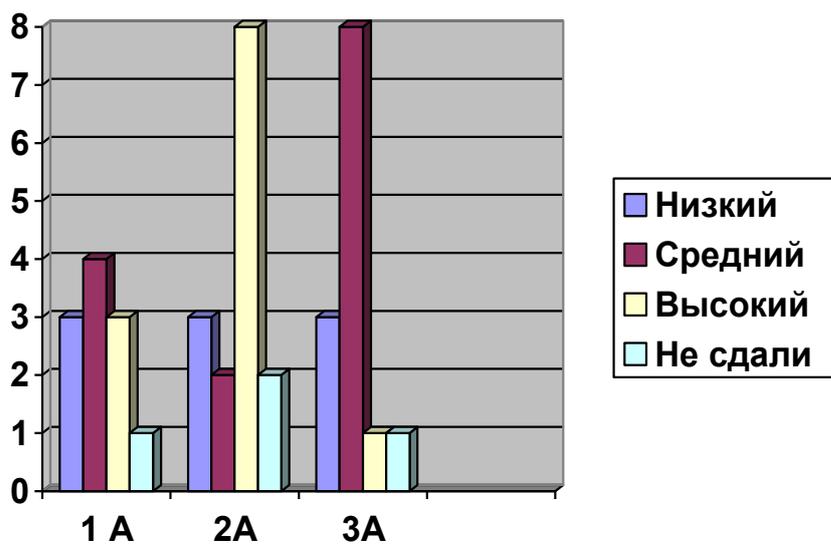
Челночный бег (мальчики)



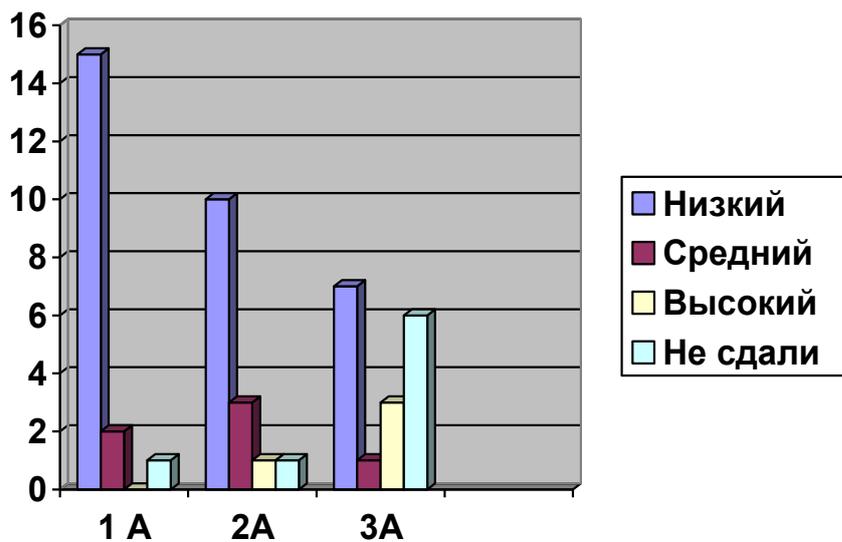
Челночный бег (девочки)



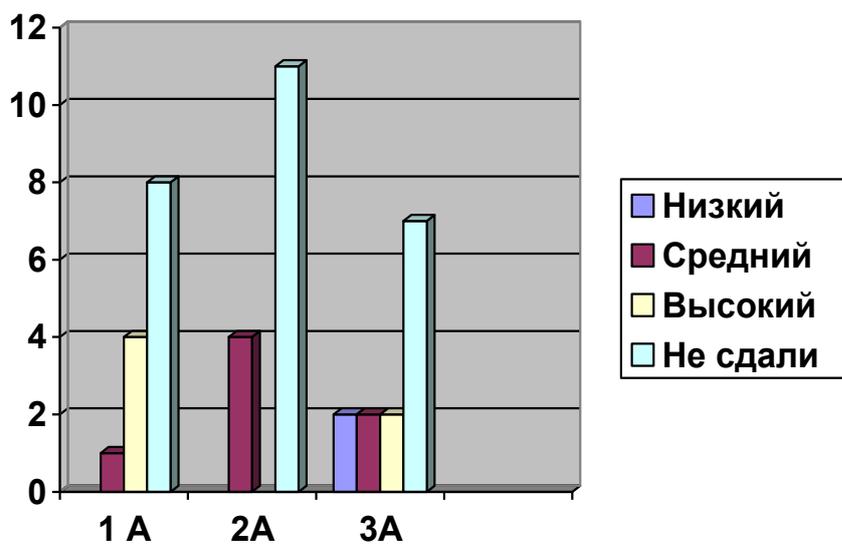
Длина (мальчики)



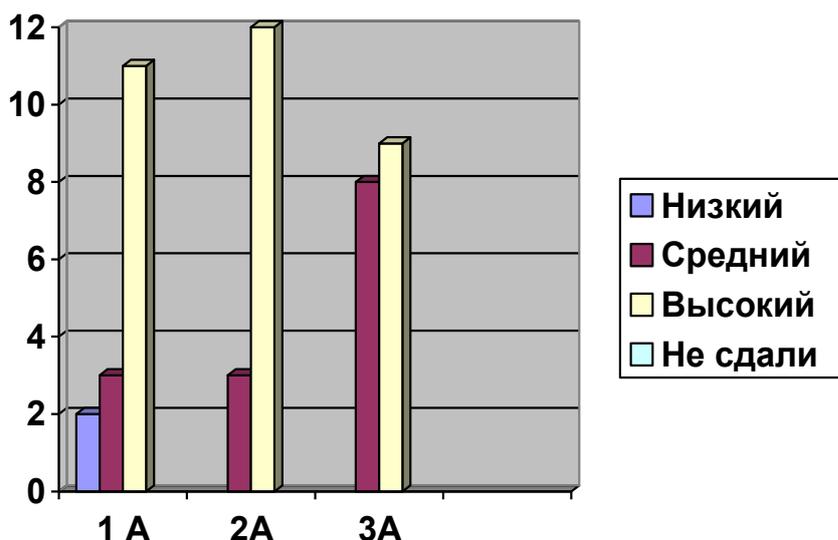
Длина (девочки)



Подтягивание (мальчики)



Пресс (девочки)



Выводы, задачи на учебный год.

Из диаграмм видно, что у мальчиков:

- В первых классах показатели бега у мальчиков лучше, чем в старших, что говорит об ухудшении скоростных способностей;
- Показатели прыжков в длину лучше, чем в младших, что говорит об улучшении скоростно-силовых качеств;
- Сила рук не развита, что видно из результатов подтягивания.

У девочек результаты средние во всех классах.

Это может говорить о том, что необходимо выделять больше времени на бег, бег с ускорением, развивать скоростную реакцию, давать больше упражнений на прыжки (например, на скакалках, напрыгивание на предметы) и упражнения на развитие силы рук.

Модуль 9.

Работа с одаренными и способными детьми

ПРОГРАММА РАБОТЫ С ОДАРЕННЫМИ ДЕТЬМИ

Блок 1.

Цели программы:

- Создание системы деятельности по развитию интеллектуальных и творческих способностей детей, развитию одаренности в рамках реализации Программы школы «Одаренные дети -2 на 2012-2017 гг.»

Задачи программы

создание оптимальных условий для выявления, поддержки и развития одаренных и способных детей;

- формирование новой образовательной практики для одаренных и способных детей; освоение в образовательном процессе технологий и методик, направленных на развитие нестандартности научного и художественного мышления обучающихся, их духовно-нравственного становления;
- расширение сфер взаимодействия урочного и дополнительного образования;
- расширение сотрудничества с научными и творческими учреждениями, семьями обучающихся;
- создание условий для сохранения и развития здоровья одаренных детей;
- подготовка педагогов, способных высокопрофессионально выявлять, организовывать обучение и воспитание одаренных и способных детей;
- популяризация успехов одаренных детей;
- реализация принципа лично-ориентированного подхода в обучении учащихся с высоким уровнем обучаемости, вплоть до составления индивидуальной программы обучения по предмету;
- достижение максимального уровня развития способностей детей;
- выявление и выращивание интеллектуального потенциала учащихся школы;
- организация разнообразной творческой и научной деятельности, способствующей самореализации личности школьника, совершенствование практического мышления;
- выявление и развитие природных задатков и творческого потенциала каждого ребенка, реализация его склонностей и возможностей;
- интеграция урочной и внеурочной деятельности учащихся;
- организация проектной деятельности;
- забота о сохранении физического и психического здоровья учащихся, сохранение высокой самооценки, формирование умения учиться как базисной способности саморазвития;
- Использование инновационных педагогических и информационных технологий на уроках русского языка и литературы с целью достижения максимального уровня развития детей.

Блок 2.

Банк одаренных детей по преподаваемому предмету

Ф.И.	Класс	Одаренность (высокий уровень развития способностей) *			
		Вид	Степень сформированности	Форма проявления	Широта проявлений
Семенова Лаура	5 В	Практическая	актуальная	явная	специальная

Виды одаренности:

- ♣ **Практическая** (одаренность в ремеслах, ценностная одаренность, спортивная одаренность, организационная одаренность)
- ♣ **Познавательная** (интеллектуальная)
- ♣ **Коммуникативная** (лидерская одаренность, аттрактивная одаренность)
- ♣ **Духовно-ценностная** (создание духовных ценностей и служение людям).

- ⤴ **Степень сформированности одаренности:**
- ⤴ ***Актуальная одаренность*** (уже достигнутые показатели, проявляющиеся в более высоком уровне выполнения деятельности в конкретной предметной области по сравнению с возрастной и социальной нормами).
- ⤴ ***Потенциальная одаренность*** (имеется потенциал для высоких достижений в том или ином виде деятельности).
- ⤴ **Форма проявления одаренности:**
- ⤴ ***Явная одаренность*** (проявляется достаточно ярко и четко; достижения ребенка столь очевидны, что его одаренность не вызывает сомнения).
- ⤴ ***Скрытая одаренность*** (в атипичной, замаскированной формах).
- ⤴ **Широта проявлений в различных видах деятельности:**
- ⤴ ***Общая одаренность*** (проявляется по отношению к различным видам деятельности).
- ⤴ ***Специальная одаренность*** (обнаруживает себя в конкретных видах деятельности и отдельных областях).

Блок 3.

Организация работы с одаренными детьми

№	Направление работы	класс	Время проведения
1	Организация и проведение Интеллектуального марафона по физкультуре	3 - 4	
2	Неделя технологического цикла	1-4	октябрь
3	Проектная деятельность Причины уменьшения интереса к физкультуре и спорту	4	ноябрь
4	Участие в олимпиадах, районных и городских конкурсах	6	апрель
5	Исследовательская деятельность по предмету, проведение уроков-исследований		В течение года
6	Дополнительные занятия с одаренными детьми с различными тренажерами		В течение года

ЛИЧНАЯ КАРТА РОСТА ПРОФЕССИОНАЛИЗМА

Показатели профессионального роста	2011-2012 учебный год	2012-2013 учебный год	2013-2014 учебный год	2014-2015 учебный год	2015-2016 учебный год	2016-2017 учебный год
Тема самообразования						
	Обучение технике и тактике игры в баскетбол по средствам подвижных игр.	Обучение технике и тактике игры в баскетбол по средствам подвижных игр.	«Обучение логическому мышлению и тактике игры в шахматы»	«Обучение логическому мышлению и тактике игры в шахматы»		
Результаты аттестации, год прохождения						
	январь, 2012 Присвоена 1					

кат.						
Прохождение курсов (тема, учреждение)						
		Республиканские краткосрочные курсы по шахматам «Обучение игре в шахматы, как средство интеллектуального развития детей» ноябрь 2012 г. (удостоверение)	Республиканские краткосрочные курсы по шахматам «Обучение игре в шахматы, как средство интеллектуального развития детей» декабрь 2013 г. (удостоверение)	Российские курсы по теме «Современные технологии обучения и методы оценки качества в системе образования» июнь 2014 г. (удостоверение)	Курсы дистанционной подготовки по программе «Подготовка организаторов для проведения итоговой аттестации» Май 2016 г. (сертификат)	
			Курсы повышения по теме «Образовательная программа учителя как фактор повышения качества преподавания» ноябрь 2013 г. (сертификат)			
Участие в работе НМК						
Выступление тематическим докладом	с		Участие в международном спортивном форуме «Дети Азии» июль 2012 г. (сертификат)			
Творческий отчет (мастер-класс)	отчет		Распространение опыта на 2-м педагогическом форуме «Образование столицы в рамках националь			

		ных проектов» 2012 г. (сертификат) Распространение опыта на республиканских курсах ноябрь 2012 г. (сертификат)				
Открытый урок		Школьный - Внеклассное мероприятие ко дню здоровья в 9-х классах				
Участие в работе семинаров (курсов)						
Статус (городской, республиканский)		Республиканский второй международный шахматный форум-конференция «Проблемы и перспективы развития шахматного образования в Республике Саха (Якутия)» ноябрь 2012 г. Российский семинар «Приоритетные направления работы в условиях ФГОС» (сертификат)				Международная научная конференция «Международные спортивные игры «Дети Азии»- фактор продвижения идей Олимпизма и подготовки спортивного резерва» июль 2016 г.
Выступление (тема)	Распространение опыта на республиканских	Распространение опыта на I		Городское совещание директоров		

	курсах «Обучение игре в шахматы в начальной школе».	фестивале открытых уроков октябрь 2013 г. (сертификат)		школьного и дошкольного образования Март 2015 г.		
Урок (тема)						
Участие на педагогических чтениях						
Статус (школьный, городской, республиканский)			Распространение опыта на городских чтениях по проблеме «Столичное образование: взгляд современного человека» март 2014 г.			
Результат (сертификат, диплом, грамота)			(сертификат), Диплом			
Участие в работе НПК						
Статус (школьный, городской, республиканский)		Сентябрьское совещание работников физической культуры «Физическая культура и спорт для каждого ребенка» сентябрь 2012 г.		Городская конференция «Человек и школа в Эпоху ТЕХНО» (сертификат)		
Выступление (тема)		Распространение опыта на городском совещании и директоро в школ «Внеурочные занятия по шахматам в начальной школе».				

Урок (тема)						
Являюсь членом творческой группы						
Статус (школьный, городской, республиканский)						
Проблема						
Привлекался в качестве эксперта в аттестации педагогов						
Участие в экспериментальной работе						
Статус (школьный, городской, республиканский)						
Тема эксперимента						
Создание методических разработок (название)						
Пособие						
Разработка						
Рекомендация						
Другое						
Публикации (тема)						
В газете (название)						
Журнале (название)			Столичное образование март 2014 г. (свидетельство)			
Сборнике (название)	Публикация внеурочного мероприятия (в школе)					
Монография (название)						
Руководство исследовательской работой школьников (подготовка участия ученика с указанием Ф.И., класса)						
Статус (школьный, городской, республиканский, российский)						
Проблема исследовательской работы						
Результат						
Подготовка победителей (призеров) на олимпиадах, выставках, конкурсах (с указанием занятого места)						
Статус (школьный, городской, республиканский, российский)	Городской	Городской		Городской	Городской	
Результат		- 2-е место 4-е классы на «Приз Деда		Призер олимпиады Худяшова Эвелина	3-е место – олимпиада Семенова Лаура	

		Мороза» Декабрь 2012 г (грамота) - 3-е место 3-и классы на «Приз Деда Мороза» Декабрь 2012 г (грамота) - 3 место – футбол 4-е кл июнь 2013 г. (грамота) 2 место олимпиад а Вихрева Юлия апрель 2012 г. (диплом)		апрель 2014 г. (диплом)	апрель 2016 г. (диплом) 2-е место - турнир по шахматам ноябрь 2016 г. (сборная)	
--	--	---	--	--------------------------------------	---	--

Итоговая аттестация обучающихся (ГИА, ЕГЭ)

Успеваемость						
Качество						

Результаты обученности

Успеваемость	100	100	100	100	100	
Качество	100	100	100	100	100	

Участие в профессиональных конкурсах, конкурсах грантов

Статус (школьный, городской, республиканский)		Городской Открытый урок на «Фестивал е учителей физическо й культуры города Якутска». 2013 г.	Распростр анение опыта на городских педчтения х по проблеме «Столичн ое образован ие: взгляд современн ого человека» март 2014 г.			
Результат		3 место (диплом)	3 место (диплом)			

Награды и поощрения (указать, кем награжден)

Благодарность						
Грамота						
Знак						
Звание						