

Предложения по внесению изменений в ФГОС начального общего образования в части требований к планируемым предметным результатам по физической культуре

<p align="center">Действующая редакция Федерального государственного образовательного стандарт начального общего образования (приказ Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373)</p>	<p align="center">Проект изменений</p>
<p>12. Предметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования с учетом специфики содержания предметных областей, включающих в себя конкретные учебные предметы, должны отражать</p>	<p>12. Предметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования с учетом специфики содержания предметных областей, включающих в себя конкретные учебные предметы, должны отражать сформированность у учащихся следующих умений (компетенций):</p>
<p align="center">12.9. Физическая культура:</p>	
<p>1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;</p> <p>2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим</p>	<p>1) первоначальные представления о значении физической культуры для здоровья и развития человека: характеризовать понятие «физическая культура» и его компоненты; высказывать суждения об отдельных страницах истории развития физической культуры (Олимпийские игры, возникновение различных видов спорта); проявлять интерес к современному олимпийскому движению и спорту; приводить примеры положительного влияния занятий физической культурой на успешность деятельности (из истории</p>

<p>дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);</p> <p>3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).</p>	<p>или из личного опыта);</p> <p>определять основные способы передвижения человека (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание) в жизни человека;</p> <p>определять и сравнивать различные виды спорта по характерным для них техническим действиям;</p> <p>описывать примеры комплексов физических упражнений, определять их направленность на развитие физических качеств;</p> <p>соблюдать правила выполнения физических упражнений;</p> <p>применять основные способы регулирования физической нагрузки;</p> <p>объяснять пользу подвижных игр для укрепления здоровья, воспитания личностных качеств;</p> <p>описывать особенности основных физических качеств;</p> <p>осознавать значение физкультурно-оздоровительных мероприятий в жизни, в том числе в образовательной деятельности;</p> <p>2) овладение способами организации здоровьесберегающей деятельности и физической культуры:</p> <p>планировать и корректировать режим дня с учетом учебной и внешкольной нагрузки, показателей своего здоровья и физической подготовленности;</p> <p>выполнять мероприятия, направленные на сохранение собственного здоровья (закаливание, комплексы: утренней зарядки; упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; упражнений, направленных на сохранение зрения, а также развития основных физических</p>
---	--

качеств);

характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса и регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств

подавать и выполнять организующие строевые команды и приёмы, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

выполнять технические действия из базовых видов спорта (футбол, баскетбол, волейбол), применять их в игровой и соревновательной деятельности;

объяснять технику и выполнять разновидности перекатов, гимнастических упражнений на спортивных снарядах (перекладина / гимнастическое бревно), беговых и прыжковых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях (прыжки в высоту, в длину, через короткую скакалку), метания малого мяча, бросков набивного мяча;

организовывать подвижные игры и простейшие соревнования с соблюдением правил взаимодействия и честной игры;

3) самостоятельная деятельность обучающихся по организации и развитию физической культуры:

определять цели и использовать легкоатлетические и гимнастические упражнения, упражнения из игровых видов спорта в самостоятельных занятиях физической подготовкой;

соблюдать требования к выбору одежды и обуви для различных видов самостоятельной двигательной деятельности;

4) наблюдения и оценка своего физического состояния, физических нагрузок:

анализировать мониторинг здоровья, показатели развития основных физических качеств, в том числе готовность к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

называть причины и приводить примеры травмоопасных ситуаций во время занятий физической культурой и спортом, а также определять характер основных травм;

применять правила предупреждения травматизма, предвидеть возможные травмоопасные ситуации, соблюдая правила страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;

выполнять правила безопасного поведения при занятиях на спортивной площадке и в спортивном зале, безопасного использования спортивного инвентаря и оборудования;

описывать отдельные способы и приемы оказания первой помощи при легких травмах;

фиксировать результаты и анализировать динамику собственных показателей.