

Козина Жанна Геннадьевна | zhannakozina@mail.ru

Заместитель заведующего кафедрой общего образования, методист
Калининградский областной институт развития образования
Калининград, Россия

Ведущие ориентиры в планировании предметных результатов школьников по физической культуре

Аннотация. В статье описывается система организации преподавания предмета в части реализации требований к предметным результатам освоения основной образовательной программы по предмету «Физическая культура». Рассматриваются ведущие ориентиры в определении требований к результатам обучающихся в области физической подготовленности, на которые должен опираться учитель физической культуры в ходе планирования образовательной деятельности. Материал статьи основан на анализе документации, устанавливающей требования к организации образовательной деятельности по предмету, учебно-методических комплектов по физической культуре и аналитических данных по итогам проведения мониторинговых исследований физической подготовленности школьников в образовательных организациях Российской Федерации.

Ключевые слова: физическая культура, предметные результаты, примерные рабочие программы, учебно-методические комплекты, физкультура

турно-спортивный комплекс, ГТО, физическая подготовленность, физические качества, двигательные способности, тестовые упражнения.

Преподавание предметной области «Физическая культура» в Российской Федерации осуществляется в соответствии с установленными в системе образования нормативно-правовыми документами и российским законодательством. Однако часто между учителями физической культуры и родителями школьников появляются разногласия в вопросах, связанных с объективностью установленных критериев и нормативов по определению физической подготовленности и в целом с содержанием требований к предметным результатам. По мнению родителей, учителя предъявляют завышенные требования к предметным результатам школьников, в частности, к их физической подготовленности.

В целях устранения существующих разногласий рассмотрим систему организации преподавания предмета и определим ведущие ориентиры в планировании

результатов обучающихся, на которые должен опираться учитель физической культуры.

В соответствии с пунктом 5 статьи 28 Федерального закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (ред. от 02.07.2021 года) «Об образовании в Российской Федерации» для реализации образовательной деятельности каждая организация самостоятельно разрабатывает и утверждает основные образовательные программы [7]. Данные программы разрабатываются в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами (далее — ФГОС) с учетом примерных основных образовательных программ (часть 7 статьи 12 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ) [Там же].

На основе утвержденных основных образовательных программ каждый педагог разрабатывает рабочие программы по предмету с опорой на примерные рабочие программы, которые являются ориентиром для формирования рабочих авторских программ. В настоящее время для учителей физкультуры это Примерная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих программы начального, основного и среднего общего образования¹. Данная программа предусматривает

содержательное наполнение промежуточной аттестации учащихся с учетом особенностей предмета. Пункт 10 части 3 статьи 28 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ гласит, что формы, периодичность и порядок проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся относится к компетенции образовательной организации [Там же]. А значит, выбор и установление критериев промежуточной аттестации, нормативов по определению уровня физической подготовленности школьников является функцией учителя физической культуры, который, в свою очередь, руководствуется актуальными нормативными документами по организации образовательной деятельности по предмету.

Необходимо отметить, что в 2021 году подготовлены² проекты новых примерных рабочих программ для 1–4-х классов и 5–9-х классов, в том числе и по физической культуре. Программы сформированы с учетом обновленных ФГОС начального и основного общего образования и определяют возможности предмета для реализации требований к результатам обучения. Например, в состав предметных результатов по освоению обязательного содержания для начальной школы включены гимнастические упражнения, игровые упражнения, туристические

¹ Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.09.2016 года № 3/16).

² Программы прошли экспертизу ведущих научных и образовательных организаций и утверждены на заседании федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 27.09.2021 года № 3/21).

физические упражнения (ходьба, бег, прыжки, преодоление препятствий, езда на велосипеде), спортивные упражнения [5]. На уровне основного общего образования список упражнений расширяется и включает упражнения специальной физической подготовки с учетом индивидуальных и возрастно-половых особенностей, способствующие активной подготовке школьников к выполнению тестовых заданий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее — ВФСК ГТО, комплекс ГТО), а также упражнения, направленные на совершенствование технических действий в спортивных играх, плавании и других видах деятельности. В новых примерных рабочих программах предметные результаты представлены по годам обучения и отражают сформированность у обучающихся определенных умений [6].

В соответствии с частью 2 статьи 28 Федерального закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» образовательные организации могут самостоятельно определять содержание образования, выбирать учебно-методическое обеспечение, образовательные технологии по реализуемым ими образовательным программам [7]. Соответственно, опорной точкой для обеспечения образовательной деятельности является учебно-методический комплект (далее — УМК), выбранный школой (а значит, учителем). В целях успешного формирования знаний, двигательных умений и навыков учителю рекомендуется обоснованно

выбирать программы, учебники, методические пособия из числа рекомендованных или допущенных Министерством просвещения Российской Федерации. В Калининградской области лидирующие позиции в области физической культуры занимают предметные линии УМК авторов В. И. Ляха, А. П. Матвеева, Г. И. Погадаева. Содержание пособий отражает особенности развития функциональных возможностей организма школьников, показатели их тренированности, двигательной подготовленности и направлены на достижение школьниками как личностных, метапредметных, так и предметных результатов по предмету «Физическая культура».

Так, по мнению доктора педагогических наук В. И. Ляха и кандидата педагогических наук А. А. Зданевича, авторов комплексной программы физического воспитания учащихся 1–11-х классов, «физическая подготовленность должна соответствовать, как минимум, среднему уровню показателей развития основных физических способностей, с учетом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся» [Цит. по: 3, с. 18]. Например, авторы программы считают, что после освоения минимального курса по физической культуре в начальной школе ученик должен демонстрировать уровень физической подготовленности в следующих пределах: в беге на 30 метров — в среднем 6,05 секунд (мальчики, девочки), в челночном беге — 9,25 секунд (мальчики) и 9,75 секунд (девочки), в прыжках в длину — от 140 до 155 (160). Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1 — Уровень физической подготовленности учащихся 7-10 лет [Цит. по: 3]

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Воз- раст, лет	Уровень					
				Мальчики			Девочки		
				Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1.	Скоростные	Бег, 30 м (с)	7	7,5 и более	7,3- 6,2	5,6 и менее	7,6 и более	7,5- 6,4	5,8 и менее
			8	7,1	7,0- 6,0	5,4	5,4	7,2- 6,2	5,6
			9	6,8	6,7- 5,7	5,1	7,0	6,0 6,5	5,3
			10	6,6	6,5- 5,6	5,0	6,6	6,5- 5,6	5,2
2.	Координа- ционные	Челночный бег, 3 × 10 м (с)	7	11,2 и более	10,8- 10,3	9,9 и менее	11,7 и более	11,3- 10,6	10, 2 и менее
			8	10,4	10,0- 9,5	9,1	11,2	10,7- 10,1	9,7
			9	10,2	9,9- 9,3	8,8	10,8	10,3- 9,7	9,3
			10	9,9	9,5- 9,0	8,6	10,4	10,0- 9,5	9,1
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места, см	7	100 и менее	115- 135	155 и более	90 и менее	110- 130	150 и более
			8	110	125- 145	165	100	125- 140	155
			9	120	130- 150	175	110	135- 150	160
				130	140- 160	185	120	140- 155	170

С 2014 года для сравнения уровня подготовленности учеников основной медицинской группы учителю рекомендуется рассматривать показатели ВФСК ГТО, так как этот комплекс «является программной и нормативной основой системы физического воспитания населения» [Цит. по: 4], в том числе школьников от 6 до 18 лет включительно. ВФСК ГТО позволяет оценить уровень физической подготовленности по итогам выполнения испытаний, определяющих уровень развития

физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека. А с 2018 года введены в действие нормативы по тестированию для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Это специальные группы особой категории граждан с различными физическими, или психическими, или сенсорными нарушениями (рисунок 1). Тестирование также включает все возрастные категории школьников.

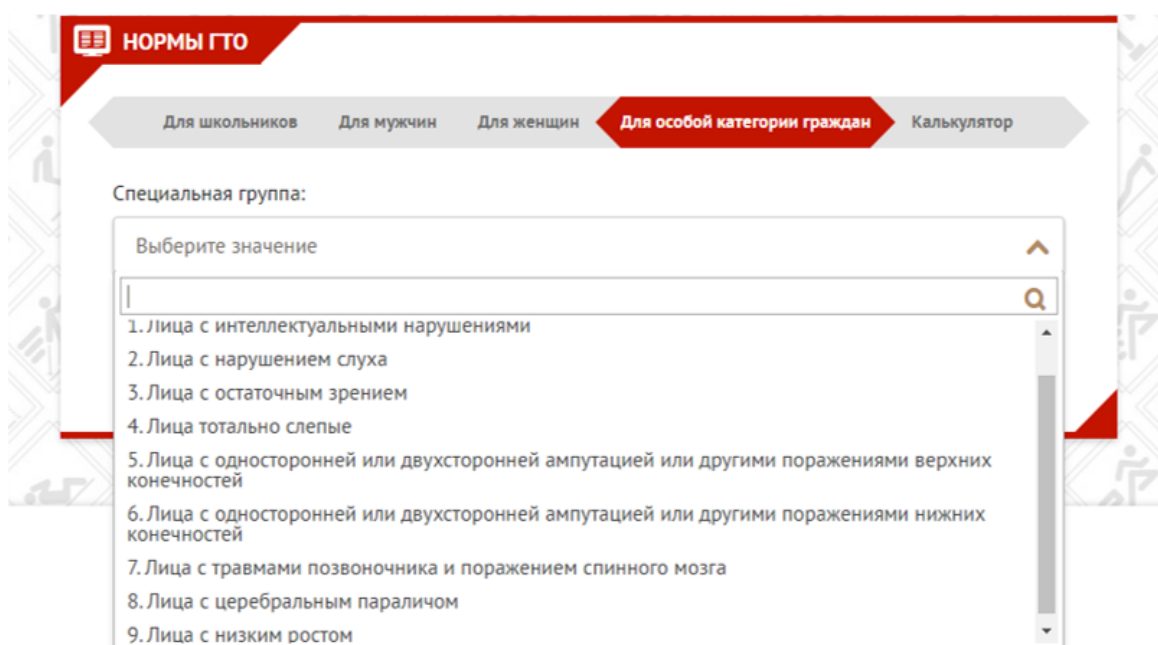


Рисунок 1 — Скриншот сайта ВФСК ГТО с перечислением отклонений в состоянии здоровья особой категории граждан, относящихся к специальной группе

В 2020 году ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» (далее — ФГБУ ФЦОМОФВ) апробировал методику мониторинга физической подготовленности обучающихся 1–11-х классов в 83 регионах России. В рамках мониторинга уровень подготовленности школьников оценивался по сумме баллов, набранных в разных видах тестовых упражнений. В качестве тестов использовались упражнения, при помощи которых можно было определить уровень развития физических качеств (гибкость, выносливость) и двигательных способностей обучающихся (координационных,

скоростных, скоростно-силовых, силовых). Это челночный бег (3 × 10 м, 5 × 10 м), бег на 30, 300, 500, 1000 метров, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения сидя, поднимание туловища за одну минуту, подтягивание из виса на высокой перекладине. В основном виды упражнений схожи с тестовыми заданиями комплекса ГТО. Однако есть и некоторые отличия. В качестве примера рассмотрим нормативы для школьников 4-го класса, применяемые в мониторинге (таблица 2) и нормативы обязательных испытаний для детей 9-10 лет, соответствующих II ступени ВФСК ГТО (таблица 3).

Таблица 2 — Тестовые упражнения для определения уровня физической подготовленности школьников 4-го класса [Цит. по: 4]

№ п/п	Тестируемые качества, способности / упражнение	Пол	Уровень / Баллы		
			Низкий / 1	Средний / 2	Высокий / 3
1.	Координационные способности / чел. Бег 3 × 10 м (с)	Д	10,40	9,80	9,50
		М	9,50	8,80	8,50
2.	Скоростно-силовые способности / пр/дл с места (см)	Д	117	140	162
		М	137	155	171
3.	Скоростные способности / 30 м (с)	Д	6,30	6,01	5,20
		М	5,60	5,30	5,00
4.	Гибкость / наклон вперед из положения сидя (см)	Д	+5	+8	+10
		М	+3	+5	+7
5.	Выносливость / бег (мин)	Д	1,34	1,15	1,04
		М	1,24	1,04	0,59

Таблица 3 — Нормативы испытаний ВФСК ГТО
для возрастной группы 9-10 лет (II степень) [Цит. по: 2]

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		Бронзовая медаль	Серебряная медаль	Золотая медаль	Бронзовая медаль	Серебряная медаль	Золотая медаль
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 30 м (с)	6,2	6,0	5,4	6,4	6,2	5,6
	или бег на 60 м (с)	11,9	11,5	10,4	12,4	12,0	10,8
2.	Бег на 1000 м (мин, с)	6,10	5,50	4,50	6,30	6,20	5,10
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	5	—	—	—
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	9	12	20	7	9	15
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	10	13	22	5	7	13
4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи — см)	+2	+4	+8	+3	+5	+11

В рамках мониторинга исследовались пять показателей: координационные, скоростно-силовые, скоростные способности, гибкость и выносливость детей. А обязательное испытание комплекса ГТО той же возрастной категории предполагают тестирование по четырем показателям: проверка скоростных и силовых способностей, выносливости и гибкости. Упражнения, определяющие уровень развития скоростно-силовых и координационных способностей, включены в состав испытаний по выбору участников. В ходе сравнения показателей бега на 30 метров, входящих в состав как одного, так и другого теста, выявлено, что критерии, применяемые при проведении мониторинга, несколько выше нормативов испытаний комплекса ГТО. Возможно, это связано с тем, что нормативы комплекса ГТО пересматриваются каждые четыре года, соответственно, в ближайший год предполагается пересмотр нормативных требований к физической подготовленности населения. Так, опираясь на анализ сведений мониторинга, эксперты пришли к выводу, что «уровень физической подготовленности обучающихся всех параллелей образовательных организаций субъектов Российской Федерации — выше среднего» [Цит. по: 1, с. 21]. Например, в Калининградской области доля обучающихся основной медицинской группы, имеющих высокий уровень физической подготовленности, составил 36,4 %, средний уровень — 52,6 % и низкий — у 11,1 %. Кроме того, в ходе мониторинга выявлено, что лишь 21,5 % школьников не имеют нарушений состояния здоровья и физического

развития и 63,5 % детей и подростков «с функциональными нарушениями, не повлекшими отставание от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности» [Цит. по: Там же. С. 16, с. 23-32].

Эксперты утверждают, что данные исследования «помогают объективно оценить физическое состояние обучающихся, спланировать содержание и здоровьесберегающую направленность учебного процесса по физической культуре, провести анализ состояния физической подготовленности обучающихся и внести коррективы в программы с учетом личностноориентированного подхода в обучении, а также принять конструктивные решения для управления процессом физического воспитания» [Цит. по: 1].

Таким образом, ведущими ориентирами в определении требований к планируемым результатам школьников по предмету «Физическая культура» для учителя являются

- федеральные государственные образовательные стандарты общего образования;
- примерные рабочие программы для учебной дисциплины «Физическая культура»;
- учебно-методические комплекты, выбранные образовательными организациями для обеспечения образовательной деятельности;
- нормативные показатели Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

- тестовые упражнения для определения уровня физической подготовленности школьников, разработанные ФГБУ ФЦОМОФВ.

В заключение необходимо добавить, что одной из важнейших задач процесса физического воспитания остается сохранение и укрепление здоровья школьников. В ходе планирования предметных результатов требуется профессиональный подход к определению системы оценивания данных результатов с учетом возраста и индивидуального физического развития обучающихся, со строгим соблюдением санитарно-эпидемиологических требований и правил, а также гигиенических требований.

Список литературы

1. Аналитический отчет по итогам проведения мониторинга физической подготовленности обучающихся в сфере образования Российской Федерации [Электронный ресурс] // Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» (ФГБУ «ФЦОМОФВ»). — М., 2020. — URL: <http://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/documents/9PBCHCPKPK3A2N5ODZB4.pdf> (дата обращения: 13.10.2021).
2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» [Сайт]. — URL: <https://www.gto.ru/> (дата обращения: 13.10.2021).
3. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов: для учителей общеобразовательных учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич. — М.: Просвещение, 2012. — 126 с.
4. Методические рекомендации по организации и проведению тестовых упражнений для определения уровня физической подготовленности обучающихся 1–11 классов по учебному предмету «Физическая культура» (основная медицинская группа) [Электронный ресурс] // Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» (ФГБУ «ФЦОМОФВ»). — URL: <http://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/documents/5PIGHILARXCDDPMVGZTLT.pdf> (дата обращения: 13.10.2021).
5. Примерная рабочая программа начального общего образования. Физическая культура (для 1–4 классов образовательных организаций) [Электронный ресурс] // Федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Институт стратегии развития образования Российской академии образования». — М., 2021. — URL: https://www.instrao.ru/images/p_r_p-po-uchebnym-predmetam-proekty/Физическая_культура_нач_Примерная_рабочая_программа.pdf (дата обращения: 13.10.2021).
6. Примерная рабочая программа основного общего образования. Физическая культура (для 5–9 классов общеобразовательных организаций) [Электронный ресурс] // Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный центр

организационно-методического обеспечения физического воспитания» (ФГБУ «ФЦОМОФВ»). — М., 2021. — 137 с. — URL: https://www.instrao.ru/images/p_r_p-po-uchebnym-predmetam-proekty/Физическая_культура_примерная_рабочая_программа.pdf (дата обращения: 13.10.2021).

7. Федеральный закон от 29.12.2021 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. — URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 27.10.2021).

Zhanna G. Kozina

Kaliningrad Regional Institute
of the educational development
Kaliningrad, Russia

Leading guidelines in the planning the subject outcomes of students in Physical Education

Abstract. *The article describes the organizational system of the subject teaching in the realization of the requirements for the subject results of acquiring the basic educational program of the subject "Physical Education". The leading reference points in defining the requirements to the results of pupils' physical readiness which should be taken into account in planning the educational activities by the teacher of Physical Education are discussed. The material of the article is based on the analysis of the documentation which establishes the requirements for the organization of the subject educational activity, the educational-methodical sets on Physical Education and analytical data of the monitoring research results of the students' physical readiness in the educational institutions of the Russian Federation.*

Keywords: *Physical Education, subject results, sample work programs, teaching sets, sport and physical education complex, GTO, physical readiness, physical qualities, motor abilities, test exercises.*