



Положение об организации занятий по лыжной подготовке в MAOU NOSh №13

Общие положения:

На основании программы по физической культуре в зимний период времени проводятся занятия по лыжной подготовке. Данные занятия организуются с целью оздоровления обучающихся, их закаливания, овладения ими жизненно важными двигательными умениями и навыками в лыжной подготовке.

1. Ответственность за организацию и проведение уроков по лыжной подготовке, за жизнь и здоровье обучающихся во время проведения этих уроков несут учителя физической культуры, проводящие урок.
2. Уроки физической культуры по программе «Лыжная подготовка» обязаны посещать все обучающиеся, имеющие основную и подготовительную группы здоровья.
3. Обучающиеся специальной медицинской группы и временно освобожденные от физической нагрузки по болезни во время урока находятся с классом и совершают прогулку на свежем воздухе.
4. Обучающиеся, по медицинским показаниям освобожденные от занятий на улице, находятся в классе или библиотеке.
5. Обучающиеся должны одеваться по погоде. Иметь свободную спортивную одежду, шапочку и рукавицы, теплые носки. Необходимо иметь следующий инвентарь: лыжи, лыжные ботинки, палки.
6. Уроки по лыжной подготовке в 1-4 классах могут проводиться на территории школы, на школьном стадионе.

Температурный режим:

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (вместе с "СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...") (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573)

Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в спортивном зале.
Рекомендации по проведению занятий физической культурой в зимний период по нормам СанПИНа 2.4.22821-10 Приложение 7 не отменялись.

для занятий лыжной подготовкой по СанПиН
в рамках уроков Физической культуры

занятия на открытом воздухе проводятся при температуре воздуха				
классы	ветер			
	0 - 2 м/с	до 5 м/с	от 6 - 10 м/с	более 10 м/с
1 - 4	-12°	-8°	-6°	занятия не проводятся
при более высоких температурах воздуха и ветре более 10 м/с занятия на открытом воздухе отменяются				

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. N 189 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (с изменениями и дополнениями) (документ отменен)
- Приложение. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях"

Решение о занятии на свежем воздухе принимает учитель физической культуры, ориентируясь на конкретные погодные условия и с учетом данных норм.

Порядок хранения лыжных комплектов:

Школьные лыжи хранятся в специально оборудованном помещении. Ответственность за сохранность школьных лыж несут учителя физической культуры.

Личные лыжи обучающихся могут храниться на школьной базе или приноситься учащимися на урок. Личные лыжи обучающихся, хранящиеся в школе, должны быть подписаны с указанием фамилии, имени и класса.

Порядок организации и проведения урока по лыжной подготовке:

- перед началом занятия по лыжной подготовке учитель физической культуры проводит измерение температурного режима на месте проведения занятий, на основании чего принимается решение о проведении занятий в этот день по лыжной подготовке;
- ответственность за подготовку лыжни для проведения занятий несут учителя физкультуры, проводящие занятия в этот день;
- перед началом занятия обучающиеся переодеваются в спортивную форму в классе;
- учитель физкультуры выдаёт лыжные ботинки учащимся, если они не имеют собственных;
- со звонком обучающиеся строятся в холле на 1-м этаже.
- проводится проверка присутствующих на уроке, инструктаж по технике безопасности;
- обучающиеся строятся на улице у главного входа в школу и передвигаются под руководством учителя физической культуры в пешем строю к установленному месту занятий;
- переноска лыж обучающимися осуществляется в вертикальном положении, остриями лыж вверх;
- по окончании занятий осуществляется очистка инвентаря от снега, построение обучающихся, проверка присутствующих, наличие спортивного инвентаря у школьников, самочувствие обучающихся;
- возвращение в школу осуществляется за 3 мин. до окончания урока для постановки инвентаря на базу обучающихся полноценной подготовки школьников к

- по прибытии в школу лыжный инвентарь ставится в указанное для его хранения место, учителя физической культуры производят осмотр лыжных комплектов.
- обучающиеся переодеваются в сменную обувь в спортивном зале и в школьную одежду в классе;
- материальную ответственность за испорченный обучающимися школьный инвентарь несут родители (законные представители).

По окончании курса лыжной подготовки обучающиеся или их родители (законные представители) должны забрать личный спортивный инвентарь, хранящийся на школьной базе. Исходя из содержания временного государственного образовательного стандарта по предмету «Физическая культура», учитель имеет право подбирать самостоятельно содержание занятий, основываясь на интересе учащихся.

Критерии учета успеваемости:

Осуществляя учет успеваемости, оценивая степень овладения обучаемых техникой способов передвижения на лыжах, их теоретические знания и уровень развития физических качеств.

Программой в разделе «Лыжная подготовка» предусмотрены способы передвижения на лыжах, которыми должны овладеть школьники в каждом классе, а также перечень теоретических знаний по физической культуре. Кроме того, обучающиеся должны выполнить учебные нормативы по передвижению на лыжах, начиная со II класса, на дистанциях от 1 до 2 км. Программой предусмотрены нормативы на этих дистанциях в зависимости от пола и возраста, обучающихся на оценки «три», «четыре», «пять». Предварительный учет проводится на уроке лыжной подготовки в каждом классе с целью определения уровня физической подготовленности учащихся, а также их координационной готовности к овладению техникой способов передвижения на лыжах, предусмотренных программой для каждого класса. Для этого учитель проверяет уровень владения техникой лыжных ходов, торможений и поворотов в движении, изученных ранее. На вводном уроке в начальных классах ученики свободно передвигаются по лыжне, а учитель оценивает степень владения отдельными элементами (скольжение, равновесие, управление лыжами и др.). В младших классах в ходе предварительного учета целесообразно оценить уровень владения лыжами по качеству выполнения подготовительных упражнений на лыжах: поднятие и отведение лыж, переступание приставным шагом в сторону, ходьба ступающим шагом с поворотами вокруг препятствий (фишек (конусов), лыжных палок). Текущий учет успеваемости - основной вид проверки и оценки усвоения школьниками учебного материала на уроках лыжной подготовки. Такой учет проводится почти на всех уроках (кроме первых и итоговых). Текущий учет учитель может проводить и не предупреждая об этом своих учеников. Но можно о выставлении оценок (учете успеваемости по какому-нибудь элементу или ходу в целом) заранее оповестить школьников. И в том и в другом случае оценки должны быть объявлены ученикам в заключительной части - при подведении итогов урока. Учитель должен не только информировать учащихся о выставленных оценках, но и объяснять ошибки, допущенные в каждом способе передвижения или его элементе; ученики должны знать, за что снижена оценка (за какие недостатки или ошибки). Ученикам, еще не овладевшим на первых уроках техникой (элементом) изучаемого способа передвижения, предоставляется возможность совершенствовать технику до конца уроков, отведенных на этот способ, или даже до конца лыжной подготовки. Оценка в этом случае выставляется на одном из последних уроков.

Учитель выставляет текущие оценки не только за овладение умениями и навыками в технике передвижения, но и устный ответ по теории лыжной подготовки, что предусмотрено программой для данного класса. Такой устный беглый опрос можно провести в любой части урока. Текущие оценки выставляются в основном за отдельные элементы изучаемого на данном уроке или в системе взаимосвязанных уроков способа передвижения. В ходе освоения одновременных ходов можно выставить оценку за овладение отталкивания палками (с учетом участия туловища в движении). Отдельные неточности в согласованности движения рук и ног в ходе текущего учета можно не

физической подготовленности обучающихся, но так чтобы было достигнуто совершенствование навыков и умений обучающихся, сформировалось стремление к физическому совершенствованию.

-Обучающийся занимается лыжной подготовкой-оценка «3», «4», «5»,

-Обучающийся занимается теорией по физической культуре в школе по медицинским показаниям-оценка «3», «4», «5»,

-Обучающийся занимается теорией по физической культуре в школе по неготовности (отсутствие соответствующей спортивным занятиям одежды) к уроку-оценка «2», «3».