

СОГЛАСОВАНО  
на заседании  
Управляющего совета МОУ  
«СОШ № 82» г. Саратова  
Протокол № 1 от 27.08.21 г

РАССМОТРЕНО  
на заседании  
педагогического совета  
МОУ «СОШ № 82»  
г. Саратова  
Протокол № 1 от 27.08.21 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «СОШ № 82»  
г. Саратова  
*И.Е. Колтунова*  
И.Е. Колтунова  
Приказ № 294 от 27.08.2021 г



**Изменения и дополнения  
в основную образовательную программу  
основного общего образования  
МОУ «СОШ № 82» г. Саратова**

В соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.12.2021 г. № 712 «О внесении изменений в некоторые федеральные государственные образовательные стандарты общего образования по вопросам воспитания обучающихся» внести следующие изменения в основную образовательную программу основного общего образования МОУ «СОШ № 82» г. Саратова:

– п. 1.2.5.16 «Предметные результаты. Физическая культура» дополнить следующим содержанием:

### Предметные результаты

Требования к результатам освоения ООП ООО (ФГОС ООО, п.11)	Уточненные и конкретизированные планируемые результаты освоения учебного предмета
<p>- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;</p> <p>- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;</p> <p>приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с</p>	<p><b>Выпускник научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;</li> <li>• характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;</li> <li>• раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;</li> <li>• разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;</li> <li>• руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;</li> <li>• руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время</li> </ul>

<p>соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;</p> <p>- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;</p> <p>- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на</p>	<p>самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;</li> <li>● классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;</li> <li>● самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;</li> <li>● тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;</li> <li>● выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;</li> <li>● выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);</li> <li>● выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;</li> <li>● выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;</li> <li>● выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);</li> </ul>
---	--

<p>развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);</p> <p>б) для слепых и слабовидящих обучающихся:  формирование приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;  формирование представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни;</p> <p>- для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:</p> <p>владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью, с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений у обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата;</p> <p>владение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p> <p>владение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;</li> <li>● выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;</li> <li>● выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;</li> <li>● выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.</li> </ul> <p><b>Выпускник получит возможность научиться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;</li> <li>● характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;</li> <li>● определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;</li> <li>● вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;</li> <li>● проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;</li> <li>● проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;</li> <li>● выполнять комплексы упражнений</li> </ul>
---	---

<p>сохранения работоспособности; владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности;</p> <p>умение ориентироваться с помощью сохранных анализаторов и безопасно передвигаться в пространстве с использованием при самостоятельном передвижении ортопедических приспособлений.</p>	<p>высокой</p> <p>лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;</li> <li>● осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;</li> <li>● выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;</li> <li>● выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта;</li> <li>● проплывать учебную дистанцию вольным стилем.</li> </ul>
---	--

– п. 2.2. «Программы отдельных учебных предметов» дополнить воспитательным аспектом.

– п. 2.3. «Программа воспитания и социализации учащихся при получении среднего общего образования» заменить на «Рабочая программа воспитания МОУ «СОШ № 82» г. Саратова.