

Предметный цикл «Физическое воспитание»

1. Здоровьесберегающая компетенция

Здоровьесберегающая компетенция- это компетенция, выражающаяся в осознании учащимся здорового образа жизни, ценности физической активности и занятиями спортом, как части жизни. В нее входит умение оценивать уровень физической подготовки, а также готовность к занятиям разных видов спорта или двигательной активности. При занятиях спортом или двигательной активности важную роль играют отношения и сотрудничество с партнерами, а также соблюдение правил честной игры.

Выпускник основной школы:

- 1) понимает важность здорового образа жизни, физической активности для здоровья и работоспособности организма;
- 2) владеет знаниями и умениями, позволяющими заниматься физической культурой и спортом самостоятельно в помещениях и на свежем воздухе;
- 3) занимается физической активностью и спортом, соблюдает требования безопасности и гигиены, умеет вести себя в непредвиденных ситуациях;
- 4) знает и принимает принципы и правила честной игры, уважает партнеров и сотрудничает с ними, бережет окружающую среду;
- 5) самостоятельно следит за уровнем своей физической подготовки, используя простые методы самоконтроля способностей;
- 6) интересуется происходящими в Эстонии и в мире событиями в области спорта и спортивных танцев;
- 7) готов и умеет заниматься самостоятельно, получая удовольствие от двигательной активности и спорта.

2. Учебный предмет цикла

В предметный цикл входит физическое воспитание, которое преподается с 1 по 9 класс.

Недельное распределение уроков физического воспитания по школьным ступеням:

I школьная ступень – 8 часов

II школьная ступень – 8 часов

III школьная ступень – 6 часов

Недельная сетка уроков по предметному циклу «Физическое воспитание» по классам

Ступени обучения	I ступень			II ступень			III ступень		
Классы	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Часы	2	3	3	3	3	2	2	2	2

3. Описание цикла учебных предметов

Физическое воспитание формирует у учащегося осознание здорового образа жизни. Знания, умения и опыт, приобретенные учащимся во время уроков физического воспитания, могут быть основой для его самостоятельных физических занятий. Организация уроков и удовольствие, полученное от физической активности, формируют у учащегося интерес к событиям в области спорта и танца, побуждают его следить за ними и принимать в них участие.

4. Формирование ключевых компетенций

Физическое воспитание формирует здоровьесберегающую ценностную компетенцию, которая подразумевает здоровый образ жизни. Учащийся осознает, что здоровье нужно

защищать и укреплять, и это помогает ему вести здоровый образ жизни и соблюдать принятые в обществе нормы поведения.

Уважение к созданным природой и человеком материальным ценностям помогает в занятиях физкультурой и спортом ценить и оберегать окружающую среду. Соблюдение принципов и правил честной игры во время занятий спортом и двигательной активности, уважительное отношение к своим партнерам способствуют формированию нравственной личности.

Учащийся анализирует и оценивает уровень своих двигательных навыков и физических способностей, пытается их совершенствовать, что способствует познавательной компетенции.

Социальная компетенция направлена на вежливое, внимательное, предупредительное отношение к партнерам. Умение сотрудничать на занятиях физкультурой и спортом учит учащегося самоутверждаться, быть толерантным к людям, уважать и считаться с ними при общении.

Коммуникативная компетенция предполагает использование и употребление спортивной и танцевальной терминологии, развитие навыков самовыражения, чтения и понимания информационных текстов.

Компетенция самоидентификации – это оценивание и развитие своих физических способностей, самоконтроля, поведения; умение вести здоровый образ жизни и избегать непредвиденных опасных ситуаций.

Компетенция предприимчивости формируется умением учащегося замечать и решать проблемы, ставить цели, находить идеи и эффективно их осуществлять. На уроках физического воспитания учащийся может и должен учиться анализировать уровень своих физических способностей и двигательных навыков и планировать действия для укрепления здоровья и улучшения работоспособности.

Формированию математической компетенции способствует анализ спортивных навыков, результатов и динамики показателей физической работоспособности, что предполагает использование учащимися математической лексики, связей и методов.

5. Интеграция с общепредметными компетенциями и другими предметными циклами

На уроках физического воспитания происходит интеграция с разными предметами.

Индивидуальная и творческая трактовка видов спорта и двигательной активности, готовность находить новые и нестандартные способы решения для различных задач, умение видеть в окружающем красоте способствуют формированию художественной компетенции.

Компетенция родного языка в физическом воспитании формируется через самовыражение, осознание, понимание, создание устного и письменного текстов.

Поиск необходимой информации в различных источниках на иностранном языке способствует формированию компетенции иностранного языка.

Расширению кругозора учащегося помогают знания о национальных и международных видах спорта и двигательной активности.

Благодаря технологической компетенции применяются научные и технические достижения в различных видах спорта и двигательной активности и соблюдаются принципы здорового питания.

Физическое воспитание закрепляет знания, умения и опыт, приобретенные учащимися на уроках естественнонаучного цикла.

6. Сквозные темы

- 1) Сквозная тема «Здоровье и безопасность» играет одну из важных ролей в физическом воспитании. Предметное обучение, внешкольная деятельность,

физическая и познавательная среда способствуют приобретению необходимых для здорового образа жизни знаний, представлений, умений и опыта.

- 2) В физическом воспитании сквозная тема «Непрерывное обучение в течение всей жизни и планирование карьеры» нацеливает учащегося быть здоровым и заботиться о повышении работоспособности.
- 3) Сквозную тему «Среда и устойчивое развитие» реализовывают занятия спортом и двигательной активностью на природе, которые позволяют и помогают учащемуся ценить окружающую среду.
- 4) Сквозная тема «Культурная идентификация» отражается в изучаемых видах спорта, которые знакомят с культурой двигательной активности своей страны и других стран мира.
- 5) Сквозная тема «Информационное общество» поддерживает учащегося в поиске необходимой информации.
- 6) «Технология и инновация» в физическом воспитании связана с поиском правильного решения и ответа для конкретно поставленной задачи.
- 7) Тема «Ценности и нравственность» в физическом воспитании и внешкольной спортивной деятельности связана с достижением главного – принципа честной игры.
- 8) Сквозная тема «Гражданская инициатива и предприимчивость» отражается во внешкольных спортивных мероприятиях.

7. Физическая познавательная среда

1. Начиная со II школьной ступени уроки физического воспитания проводятся отдельно для мальчиков и девочек.
2. Школа организует уроки в спортивных сооружениях, где есть оборудование для занятий, соответствующих предметной программе.
3. Можно пользоваться лыжной трассой и/или катком, трассой здоровья и бассейном.
4. Для формирования навыков гигиены должны быть раздевалки и душевые.