ИНСТРУКТИВНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПИСЬМО

о преподавании учебного предмета/дисциплины «Физическая культура»

в организациях образования Приднестровской Молдавской Республики,

реализующих программы общего образования в 2025/26 учебном году

I. Введение

Инструктивно-методическое письмо подготовлено в целях разъяснения вопросов организации преподавания учебного предмета/дисциплины «Физическая культура» в организациях образования, реализующих программы начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования (далее – общего образования) Приднестровской Молдавской Республики в 2025/26 учебном году.

Образовательной целью учебного предмета/дисциплины «Физическая культура» является формирование физической культуры личности в процессе решения взаимосвязанных педагогических, гигиенических и прикладных задач.

Преподавание учебного предмета/дисциплины «Физическая культура» в организациях образования, реализующих программы общего образования, включает в себя:

1) формирование у обучающихся здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта;

2) создание условий и содействие обучающимся в сохранении и улучшении здоровья средствами физической культуры и спорта.

II. Нормативные документы, регламентирующие организацию

образовательного процесса по физической культуре

Нормативно-правовой базой преподавания учебного предмета/дисциплины «Физическая культура» в образовательных организациях, реализующих программу общего образования, являются:

1. Закон Приднестровской Молдавской Республики от 27 июня 2003 года № 294-3-Ш «Об образовании» (САЗ 03-26).

2. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 16 июня 2016 года № 684 «Об утверждении Базисного учебного плана для организаций общего образования повышенного уровня Приднестровской Молдавской Республики» (САЗ 16-29).

3. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 30 июня 2016 года № 770 «Об утверждении Базисного учебного плана для организаций образования Приднестровской Молдавской Республики, реализующих программы общего образования» (САЗ 16-35).

4. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 4 июля 2016 года № 787 «Об утверждении и введении в действие Государственного образовательного стандарта основного общего образования Приднестровской Молдавской Республики» (САЗ 16-40).

5. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 4 августа 2016 года № 925 «Об утверждении Положения о предметной олимпиаде учащихся, осваивающих общеобразовательные программы в организациях общего и профессионального образования и Инструкции о порядке приема и рассмотрения апелляций» (САЗ 16-42).

6. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 16 июля 2020 года № 681 «Об утверждении Положения о порядке реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования с применением электронного обучения и (или) дистанционных образовательных технологий» (САЗ 20-32).

7. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 7 мая 2021 года № 349 «Об утверждении Государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (САЗ 21-27).

8. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 24 марта 2022 года № 263 «Об утверждении Положения о получении начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования в форме семейного образования» (САЗ 22-16).

9. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 5 августа 2022 года № 693 «Об утверждении Базисного учебного плана организаций образования, реализующих основную образовательную программу среднего (полного) общего образования» (САЗ 22-34).

10. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 12 января 2024 года № 20 «Об утверждении Положения о формах, порядке и периодичности проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся в организациях образования, реализующих основные образовательным программы начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (САЗ 24-6).

11. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 20 февраля 2024 года № 124 «Об утверждении Государственного образовательного стандарта основного общего образования Приднестровской Молдавской Республики» (САЗ 24-15).

12. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 25 марта 2025 года № 283 «Об утверждении методических рекомендаций по оцениванию предметных результатов освоения образовательных программ начального общего, основного общего, среднего (полного) образования и выставления четвертных (полугодовых), годовых и итоговых оценок».

III. Программно-методическое обеспечение и контроль

по учебному предмету/дисциплины

В своей работе учителю/преподавателю физической культуры рекомендуется использовать программы и учебные издания, включенные в Перечень программ и учебных изданий, рекомендованных Министерством просвещения Приднестровской Молдавской Республики к использованию в образовательном процессе в организациях образования на 2025/26 учебный год. Рекомендованные к использованию учебники соответствуют основным требованиям к содержанию, обеспечивают преемственность уровней образования. Программное обеспечение по учебному предмету/дисциплине «Физическая культура» представлено Примерными программами, утвержденными следующими нормативными документами:

1. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 22 октября 2019 года № 918 «Об утверждении Примерной программы по учебному предмету „Физическая культура”».

2. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 12 мая 2009 года № 547 «О введении в действие решений Коллегии Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 30 апреля 2009 года».

3. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 11 октября 2022 года № 911 «О введении в действие Примерной программы по учебному предмету „Физическая культура” для учащихся  
10–11 классов общеобразовательных организаций Приднестровской Молдавской Республики».

4. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 18 июля 2023 года № 756 «Примерная программа учебного предмета „Физическая культура” для обучающихся общеобразовательных организаций ПМР специальной медицинской группы (1–11 классы)».

5. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 10 октября 2024 года № 942 «Об утверждении решений Совета по образованию Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 26 сентября 2024 года».

Вариативная часть по учебному предмету/дисциплине «Физическая культура» обеспечена программами факультативов и элективных курсов, размещенными на информационном сайте «Школа Приднестровья» (https://schoolpmr.info/:

– Рабочая программа «Физическая культура. Гимнастика. 1–4 классы» (И.А. Винер, Н.М. Горбулина, О.Д. Цыганкова и др.). Предметная линия учебников под ред. И.А. Винер. М.: Просвещение;

– Программа «Интегративный курс физического воспитания для обучающихся начальной школы на основе футбола» (М.А. Грибачева, В.А. Круглыхин). Изд. «Человек». М., 2011;

– Программа «Физическая культура для обучающихся 8–11 классов на основе фитнес-аэробики» (О.С. Слуцкер, Т.Г. Полухина, В.С. Козырев);

– Примерная программа «Физическая культура. Бадминтон. 5–11 классы» (В.Г. Турманидзе, С.М. Шахрай, Л.В. Харченко, А.М. Антропов);

– Программа по физической культуре для учащихся 1–4 классов общеобразовательных школ, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе «А» (автор Л.Н. Коданева), под ред. В.С. Беляева;

– «Физическая культура. Настольный теннис» (Г.В. Барчукова, А.Ю. Журавлева);

– Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла (коллектив специалистов Общероссийской общественной физкультурно-спортивной организации «Всероссийская Федерация акробатического рок-н-ролла» (ООФСО РосФАРР): А.Б. Голев, Е.В. Разова, Т.К. Цветкова;

– Учебная программа по физической культуре для общеобразовательных школ на основе спортивной борьбы (коллектив специалистов Общероссийской спортивной общественной организации «Федерация спортивной борьбы России» в составе: М.Г. Мамиашвили, Б.А. Подливаев, Н.А. Проказов, В.Э. Цандыков).

Методическое сопровождение учебного предмета/дисциплины «Физическая культура» представлено следующими материалами:

1. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 6 июля 2018 года № 642 «Об утверждении Методических рекомендаций по написанию рабочей программы учебного предмета».

2. Рекомендации критериев знаний, умений и навыков учащихся по предметам БУРПа с учетом требований к устным ответам и письменным работам учащихся, утвержденные Приказом Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 3 июня 2013 года № 730 «Об утверждении решений Совета по образованию Министерства просвещения от 21 мая 2013 года» (прил. 5).

3. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 4 августа 2016 года № 925 «Об утверждении Положения о предметной олимпиаде учащихся, осваивающих общеобразовательные программы в организациях общего и профессионального образования, и Инструкции о порядке приема и рассмотрения апелляций» (САЗ 16-42).

4. Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 6 февраля 2023 года № 125 «Об утверждении Методических рекомендаций по организации и дозировке домашнего задания в общеобразовательной организации».

5. Методические рекомендации по порядку организации, сопровождению и оценке индивидуальных проектов обучающихся 10–11 классов, утвержденныеПриказом Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 8 декабря 2022 года № 1089 «Об утверждении решений Совета по образованию Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 1 декабря 2022 года» (прил. 9).

6. Учебно-методическое пособие «Обучение баскетболу» (сост.: С.В. Костин, А.А. Глизнуца, А.В. Сапанюк. Тирасполь, 2018).

7. Методические рекомендации по организации и реализации программы учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях в условиях дистанционного обучения (сост. С.В. Костин. Тирасполь, 2020).

8. Методическое пособие «Методика организации и проведения занятий фитнесом в школе» (сост. С.В. Костин. Тирасполь, 2020).

Рабочие программы по физической культуре разрабатываются в соответствии с требованиями образовательного стандарта соответствующего уровня образования и его структуре и регламентируются соответствующими методическими рекомендациями.

Рабочая программа обновляется ежегодно. Педагог может внести изменения в составляемую рабочую программу не более чем на 10 % на уровне начального общего образования и не более чем на 20 % на уровнях основного общего и среднего (полного) общего образования. В организациях профессионального образования, реализующих общеобразовательные программы, при разработке рабочих программ педагоги руководствуются учебным планом и примерными программами по общеобразовательным дисциплинам для организаций профессионального образования.

Требования к структуре, содержанию, порядку разработки, экспертизы, утверждению рабочих программ установлены соответствующим нормативным документом.

В рабочей программе педагога должны найти отражение целевые ориентиры, закрепленные в ООП по уровням общего (профессионального) образования, а также элементы системы оценки, включенные в ООП организаций общего (профессионального) образования.

IV. Контроль знаний на уроках физической культуры

Главная цель контроля знаний на уроке – выявить уровень усвоения знаний, умений учащихся, то есть уровень их учебных достижений, предусмотренный Государственными образовательными стандартами, рабочей программой.

Важнейшей составной частью Государственного образовательного стандарта общего и среднего (полного) образования являются требования к результатам освоения основных образовательных программ (личностным, метапредметным, предметным).

Основными видами контроля знаний обучающихся являются текущий, тематический и итоговый контроль. Текущий контроль проводится регулярно и систематично, на всех видах и типах занятий, что обеспечивает возможность диагностировать степень и объем усвоения учащимися отдельных элементов учебной программы. Промежуточный контроль проводится после завершения изучения отдельной темы, раздела. Итоговый контроль включает аттестацию учеников за весь период изучения предмета.

При выставлении основной группе учащихся текущих и итоговых отметок оцениваются освоенные ими на уроках физической культуры теоретические знания и приобретенные практические умения. Домашние задания по учебному предмету/дисциплине «Физическая культура» не задаются.

V. Особенности организации  
урока/учебного занятия «Физическая культура»

В соответствии с Базисным учебным планом для организаций образования Приднестровской Молдавской Республики, реализующих программы начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, часовая нагрузка по неделям и годам обучения распределяется следующим образом:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Класс | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
| 1–11 | 2 | 68 |

В организациях профессионального образования, реализующих общеобразовательные программы, количество часов по учебному предмету/дисциплине «Физическая культура» устанавливается согласно соответствующей основной профессиональной образовательной программе для организаций среднего профессионального образования.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Уровень образования** | **Профиль** | **Количество часов** |
| Начальное профессиональное образование | Технический | 114 |
| Естественно-научный |
| Социально-экономический |
| Начальное профессиональное и среднее профессиональное образование | Гуманитарный | 78 |
| Технический |
| Социально-экономический |
| Естественно-научный |

Ежегодно до 1 сентября на основании медицинских справок о состоянии здоровья учащиеся распределяются на группы для занятий на уроках по учебному предмету/дисциплине «Физическая культура»: основная, подготовительная, специальная группа лечебной физкультуры. Комплектование специальной медицинской группы осуществляется согласно инструктивно-методическому письму «Организация занятий и итоговая аттестация по физической культуре учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья в организациях образования ПМР». Количество учащихся в группе допускается 10–15 человек, а в малокомплектных организациях образования – 8–12 человек (при наполняемости группы более 15 человек, а в малокомплектных организациях образования – более 12 человек создаются 2 группы). В случае если общее количество учащихся, отнесенных к спецгруппе, в организациях общего образования составляет от 5 человек, согласно Постановлению Правительства ПМР от 14 апреля 2000 года № 132 «Об утверждении государственных минимальных социальных стандартов в области образования», допускается открытие группы в количестве от 5 учащихся.

Согласно пункту 17 Приказа Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 30 июня 2016 года № 770, в отдельных случаях группа открывается с 3 человек, выделенная на индивидуальную работу по коррекции, оздоровлению учащихся.

В 2025/26 учебном году сохраняется прежний порядок подготовки к экзамену по выбору по учебному предмету «Физическая культура» в 5–8, 10 классах. При проведении промежуточной аттестации и экзамена по выбору за год по учебному предмету/дисциплине «Физическая культура» обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе или группе лечебной физической культуры, аттестуются по теоретической и практической части, в форме устного опроса и практического задания согласно программе. Оценивание обучающихся, освобожденных по состоянию здоровья от практических занятий по учебному предмету/дисциплине «Физическая культура», осуществляется с учетом выполнения теоретической части программы. Таким образом, данной категории обучающихся по учебному предмету/дисциплине «Физическая культура» выставляется отметка за реферат, которая считается годовой, о чем делается соответствующая запись в классном журнале – *реферат*.

Организация образования разрабатывает положение, регламентирующее содержание (структура, объем, количество страниц, критерии оценки и т.д.) и защиту реферативных работ обучающихся в зависимости от возрастных особенностей.

В соответствии с Государственным образовательным стандартом среднего (полного) основного образования и Базисным учебным планом организаций образования, реализующих основную образовательную программу среднего (полного) общего образования, в ходе реализации профильного обучения организуется выполнение индивидуального проекта для обучающихся  
10–11 классов. Подготовка индивидуального проекта охватывает 2 года  
(10–11 классы) и завершается его защитой во втором полугодии 11 класса. Теоретическая часть реализуется в рамках освоения учебного курса «Индивидуальный проект» в объеме 34 часов в год.

Порядок сопровождения подготовки индивидуального проекта и его оценки оговариваются в «Методических рекомендациях по порядку организации, сопровождению и оценке индивидуальных проектов обучающихся 10–11 классов», размещенных на сайте ГОУ ДПО «ИРОиПК», подсайте «Школа Приднестровья» (https://schoolpmr.info/).

Обучение физической культуре должно соответствовать системно-деятельностному подходу. Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью:

– уроки образовательно-познавательной направленности знакомят с учебными знаниями, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее разученного учебного материала;

– уроки образовательно-предметной направленности используются для формирования обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр и др.;

– уроки образовательно-тренировочной направленности используются для преимущественного развития физических качеств и решения соответствующих задач на этих уроках, формируют представления о физической подготовке и физических качествах, обучают способам регулирования физической нагрузки, способам контроля ее и влиянии на развитие систем организма.

В процессе обучения применяются методы физического воспитания:

– словесный метод (объяснение, указания, команда, убеждение);

– наглядный метод (демонстрация, наглядные пособия и т.д.);

– метод разучивания нового материала (в целом и по частям);

– методы развития двигательных качеств (повторный, равномерный, соревновательный, игровой и т.д.).

Используются современные образовательные технологии:

– здоровьесберегающие технологии – привитие гигиенических навыков, навыков правильного дыхания, приемов массажа, игр на свежем воздухе в целях закаливания, использование физических упражнений, имеющих лечебно-воспитательный эффект, корригирующих и коррекционных упражнений;

– личностно-ориентированное и дифференцированное обучение – применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья.

VI. Рекомендации по организации методической работы

и повышению профессиональной компетентности педагогов

С целью организационно-методического обеспечения образовательного процесса рекомендуется продолжить работу по рассмотрению на уровне институциональных и муниципальных предметных методических объединений следующих примерных тем и вопросов:

1. Реализация республиканского компонента на уроках/учебных занятиях физической культуры.

2. Педагогические условия повышения мотивации, интереса и познавательной активности обучающихся к занятиям физической культурой и спортом.

3. Творческое использование здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий, а также разнообразных форм и методов организации физкультурных занятий (например, с использованием смарт-технологии).

4. Использование современных фитнес-технологий (оздоровительных) в преподавании физической культуры.

5. Повышение эффективности прикладной направленности занятий физической культурой путем разработки условий успешной реализации комплекса ГТО.

6. Особенности применения информационно-коммуникационных технологий для решения образовательно-развивающих задач на уроке физической культуры.

7. Содержание мониторинговых мероприятий, связанных с изучением уровня сформированности знаний и умений по самостоятельному использованию средств физической культуры для решения разных задач и организации здорового досуга.

8. Алгоритм разработки документов планирования учебного материала по учебному предмету/дисциплине «Физическая культура», в том числе в контексте рационального распределения и эффективного использования всего времени урока (общая и моторная плотность урока).

9. Особенности сопровождения обучающихся 10–11 классов в проектно-исследовательской деятельности.

10. Об индивидуальном проекте как форме организации учебно-исследовательской деятельности обучающихся 10–11 классов и форме контроля сформированности метапредметных умений выпускника.

В целях совершенствования профессиональных компетенций педагогов в 2025/26 учебном году ГОУ ДПО «Институт развития образования и повышения квалификации» проводит обучение по дополнительным профессиональным образовательным программам повышения квалификации по традиционной и накопительной системе, а также обучающие учебно-методические семинары и вебинары.

VII. Список электронных ресурсов

1. https://www.minpros.info/ – сайт Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики.

2. https://iroipk.idknet.com/ – сайт ГОУ ДПО «ИРОиПК».

3. https://schoolpmr.info/ – сайт «Школа Приднестровья».

4. https://edu.gospmr.org/ – сайт «Электронная школа Приднестровья».

Составитель

**С.В. Костин**, главный методист

кафедры общеобразовательных дисциплин

*и дополнительного образования ГОУ ДПО «ИРОиПК»*