



# ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЛЕКТОРИЙ

УПОЛНОМОЧЕННОГО ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ПРАВАМ РЕБЕНКА



РАЗВИТИЕ КОМПЕТЕНЦИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ, РАБОТАЮЩИХ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ

## Физическая культура в школе: обязанности и возможности детей и взрослых

С 2022 года Уполномоченный при Президенте РФ по правам ребенка реализует проект «Федеральный лекторий».

Его цели – развитие компетенций специалистов, работающих с детьми и подростками, а также повышение осведомленности родителей через распространение лучшего опыта по решению проблем в сфере детства.

За 2023 год в рамках проекта проведено более 250 вебинаров, а число слушателей достигло 43 тысяч.

Подписаться  
на рассылку анонсов  
вебинаров:

[m.klimova@opr.f.ru](mailto:m.klimova@opr.f.ru)

30.08.2024



[deti.gov.ru](https://deti.gov.ru)





## Щербак Александр Павлович



- доцент
- кандидат педагогических наук
- доцент кафедры общего образования Государственного автономного учреждения дополнительного профессионального образования Ярославской области «Институт развития образования»
- доцент факультета физической культуры Ярославского государственного педагогического университета им. К.Д. Ушинского



Учебный предмет «Физическая культура»  
является обязательным для изучения  
на всех уровнях общего образования

ФГОС



# ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЛЕКТОРИЙ

УПОЛНОМОЧЕННОГО ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ПРАВАМ РЕБЕНКА

приказ Министерства просвещения  
Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286  
с изменениями и дополнениями



## ФГОС начального общего образования Требования к результатам

### Личностные

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью

### Метапредметные

- познавательные действия (базовые логические действия, исследовательские действия, работа с информацией);
- коммуникативные действия (общение, совместная деятельность);
- регулятивные действия (самоорганизация, самоконтроль)

### Предметные

- сформированность общих представлений о ФКиС, физической активности человека, физических качествах, жизненно важных прикладных умениях и навыках, основных физических упражнениях (гимнастических, игровых, туристических и спортивных);
- умение использовать основные гимнастические упражнения для формирования и укрепления здоровья, физического развития и физического совершенствования, повышения физической и умственной работоспособности, в том числе для подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "ГТО";
- умение взаимодействовать со сверстниками в игровых заданиях и игровой деятельности, соблюдая правила честной игры;
- овладение жизненно важными навыками плавания (при наличии бассейна) и гимнастики;
- умение вести наблюдение за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств;
- умение применять правила безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности



## Пункт 168 Федеральной образовательной программы начального общего образования

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры - 405 часов:  
в 1 классе - 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе - 102 часа (3 часа в неделю),  
в 3 классе - 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе - 102 часа (3 часа в неделю).

При реализации варианта № 2 федерального учебного плана для 6-дневной учебной недели количество часов на физическую культуру составляет 3 часа.

При реализации вариантов № 1, № 3-5 федерального учебного плана количество часов на физическую культуру составляет 2, третий час рекомендуется реализовывать образовательной организацией за счет часов части, формируемой участниками образовательных отношений, часов внеурочной деятельности и (или) за счет посещения обучающимися спортивных секций, школьных спортивных клубов, включая использование учебных модулей по видам спорта.



Таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21  
Требования к организации образовательного процесса

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся, не более	1 классы	при включении в расписание занятия 2-х уроков физической культуры в неделю	4 урока
		при включении в расписание занятия 3-х уроков физической культуры в неделю	4 урока и 1 раз в неделю - 5 уроков
	2-4 классы	при включении в расписание занятия 2-х уроков физической культуры в неделю	5 уроков
		при включении в расписание занятия 3-х уроков физической культуры в неделю	5 уроков и 1 раз в неделю - 6 уроков



# ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЛЕКТОРИЙ

УПОЛНОМОЧЕННОГО ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ПРАВАМ РЕБЕНКА

приказ Министерства просвещения  
Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287  
с изменениями и дополнениями



## ФГОС основного общего образования Требования к результатам

### Личностные

- осознание ценности жизни;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;
- осознание последствий и неприятие вредных привычек и иных форм вреда для физического и психического здоровья

### Метапредметные

- познавательные действия (базовые логические действия, исследовательские действия, работа с информацией);
- коммуникативные действия (общение, совместная деятельность);
- регулятивные действия (самоорганизация, самоконтроль, эмоциональный интеллект, принятие себя и других)

### Предметные

- формирование привычки к ЗОЖ и занятиям ФК;
- умение планировать самостоятельные занятия ФК и строить индивидуальные программы оздоровления и физического развития;
- умение отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью с учетом индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- организацию самостоятельных систематических занятий физическими упражнениями с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- умение оказывать первую помощь при травмах;
- умение проводить мониторинг физического развития и физической подготовленности, наблюдение за динамикой развития своих физических качеств и двигательных способностей, оценивать состояние организма и определять тренирующее воздействие занятий физическими упражнениями, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- умение выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений;
- владение основами технических действий и приемами различных видов спорта, их использование в игровой и соревновательной деятельности;
- умение повышать функциональные возможности систем организма при подготовке к выполнению нормативов комплекса "ГТО»



## Пункт 163 Федеральной образовательной программы основного общего образования

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры, - 510 часов:  
в 5 классе - 102 часа (3 часа в неделю), в 6 классе - 102 часа (3 часа в неделю),  
в 7 классе - 102 часа (3 часа в неделю), в 8 классе - 102 часа (3 часа в неделю),  
в 9 классе - 102 часа (3 часа в неделю).

На модульный блок «Базовая физическая подготовка» отводится 150 часов из общего числа (1 час в неделю в каждом классе).

При реализации варианта № 2 федерального учебного плана для 6-дневной учебной недели количество часов на физическую культуру составляет 3 часа.

При реализации вариантов № 1, № 3-6 федерального учебного плана количество часов на физическую культуру составляет 2, третий час рекомендуется реализовывать образовательной организацией за счет часов части, формируемой участниками образовательных отношений, внеурочной деятельности и (или) за счет посещения обучающимися спортивных секций, школьных спортивных клубов, включая использование учебных модулей по видам спорта.





# ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЛЕКТОРИЙ

УПОЛНОМОЧЕННОГО ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ПРАВАМ РЕБЕНКА

приказ Министерства образования и науки  
Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413  
с изменениями и дополнениями



## ФГОС среднего общего образования Требования к результатам

### Личностные

- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;
- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью

### Метапредметные

- познавательные действия (базовые логические действия, исследовательские действия, работа с информацией);
- коммуникативные действия (общение, совместная деятельность);
- регулятивные действия (самоорганизация, самоконтроль, эмоциональный интеллект, принятие себя и других)

### Предметные

умение использовать разнообразные формы и виды физической деятельности для организации ЗОЖ, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов комплекса "ГТО";

- 2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- 3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;
- 4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- 5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;
- 6) положительную динамику в развитии основных физических качеств.



## Пункт 127 Федеральной образовательной программы среднего общего образования

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры, - 204 часа:  
в 10 классе - 102 часа (3 часа в неделю), в 11 классе - 102 часа (3 часа в неделю).

Общее число часов, рекомендованных для изучения вариативных модулей физической культуры, - 68 часов: в 10 классе - 34 часа (1 час в неделю), в 11 классе - 34 часа (1 час в неделю).

При реализации варианта федерального учебного плана универсального профиля количество часов на физическую культуру составляет 3 часа.

При реализации вариантов федерального учебного плана естественно-научного, гуманитарного, социально-экономического, технологического, количество часов на физическую культуру составляет 2, третий час рекомендуется реализовывать образовательной организацией за счет часов части, формируемой участниками образовательных отношений, внеурочной деятельности и (или) за счет посещения обучающимися спортивных секций школьных спортивных клубов, включая использование учебных модулей по видам спорта.



«...к компетенции образовательной организации в установленной сфере деятельности относится: разработка и утверждение образовательных программ образовательной организации»

федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ  
«Об образовании в Российской Федерации»



## ФГОС начального общего образования

### Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»

- содержание учебного предмета;
- планируемые результаты освоения учебного предмета;
- тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами (мультимедийные программы, электронные учебники и задачники, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании.



## Пункт 168. ФОП начального общего образования Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»

### СОДЕРЖАНИЕ

ФЕДЕРАЛЬНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА». ВАРИАНТ № 1 .....	5
Пояснительная записка .....	5
Планируемые результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования .....	13
Личностные результаты .....	13
Метапредметные результаты .....	14
Предметные результаты .....	16
Содержание обучения .....	25
1 класс .....	25
2 класс .....	26
3 класс .....	29
4 класс .....	30
Тематическое планирование .....	32
1 класс .....	32
2 класс .....	39
3 класс .....	47
4 класс .....	54
ФЕДЕРАЛЬНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА». ВАРИАНТ № 2 .....	63

## 2 варианта

Результаты: личностные, метапредметные, предметные

### Разделы:

1. Знания о физической культуре
2. Способы самостоятельной двигательной деятельности
3. Физическое совершенствование:
  - физкультурно-оздоровительная деятельность
  - спортивно-оздоровительная деятельность



## Пункт 168. ФОП начального общего образования Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»

### МОДУЛИ ПО ВИДАМ СПОРТА:

Самбо

Гандбол

Дзюдо

Тэг-регби

Плавание

Хоккей

Футбол

Фитнес-аэробика

Спортивная борьба

Флорбол

Легкая атлетика

Подвижные шахматы

Бадминтон

Триатлон

Лапта

Футбол для всех



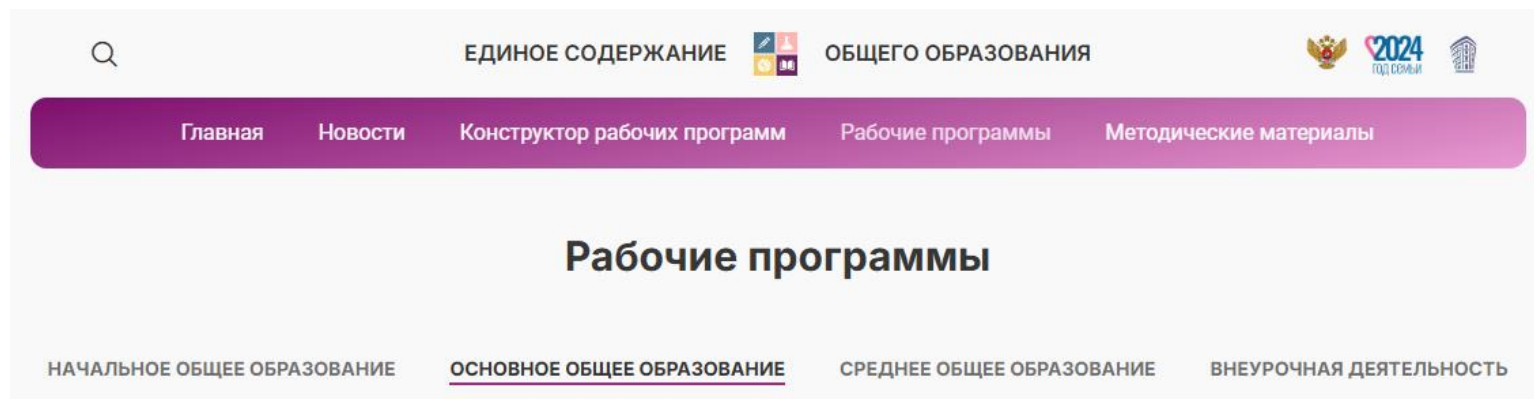
## ФГОС основного общего образования

### Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»

- содержание учебного предмета;
- планируемые результаты освоения учебного предмета;
- тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами (мультимедийные программы, электронные учебники и задачки, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании.



## Пункт 163. ФОП основного общего образования Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»



### Результаты:

- личностные,
- метапредметные,
- предметные

### Разделы:

1. Знания о физической культуре
2. Способы самостоятельной двигательной деятельности
3. Физическое совершенствование:
  - физкультурно-оздоровительная деятельность,
  - спортивно-оздоровительная деятельность





## Пункт 163. ФОР основного общего образования Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»

### МОДУЛИ ПО ВИДАМ СПОРТА:

Самбо

Гандбол

Дзюдо

Тэг-регби

Плавание

Хоккей

Футбол

Фитнес-аэробика

Спортивная борьба

Флорбол

Легкая атлетика

Бадминтон

Триатлон

Лапта

Футбол для всех

Шахматы в школе

Городошный спорт

Гольф

Биатлон

Роллер спорт

Скалолазание

Спортивный туризм

Хоккей на траве

Ушу

Чир спорт

Перетягивание каната

Компьютерный спорт

Бокс

Танцевальный спорт

Киокусинкай

Тяжелая атлетика



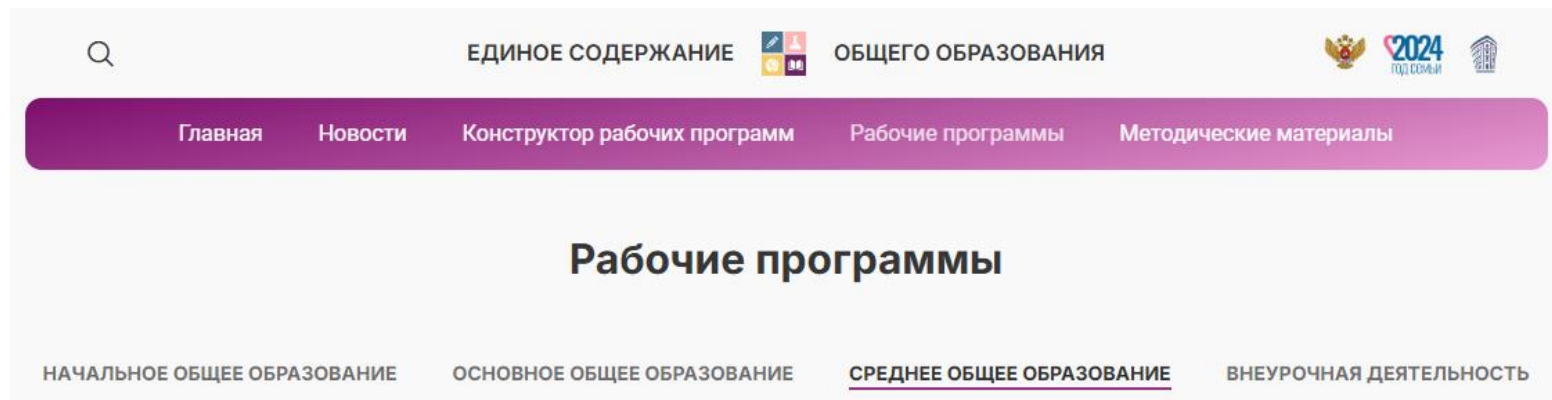
ФГОС среднего общего образования

## Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»

- планируемые результаты освоения учебного предмета, курса;
- содержание учебного предмета, курса;
- тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.



## Пункт 127. ФОР среднего общего образования Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»



### Результаты:

- личностные,
- метапредметные,
- предметные

### Разделы:

1. Знания о физической культуре
2. Способы самостоятельной двигательной деятельности
3. Физическое совершенствование:
  - физкультурно-оздоровительная деятельность,
  - спортивно-оздоровительная деятельность,
  - прикладно-ориентированная двигательная деятельность



## Пункт 163. ФОП среднего общего образования Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»

### МОДУЛИ ПО ВИДАМ СПОРТА:

Самбо

Гандбол

Дзюдо

Хоккей

Футбол

Фитнес-аэробика

Спортивная борьба

Флорбол

Бадминтон

Триатлон

Городошный спорт

Гольф

Биатлон

Роллер спорт

Скалолазание

Спортивный туризм

Хоккей на траве

Ушу

Чир спорт

Перетягивание каната

Компьютерный спорт

Бокс

Танцевальный спорт

Киокусинкай

Тяжелая атлетика

Легкая атлетика



🔍 ЕДИНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ 2024 ГОД ОБРАЗЫ

Главная Новости Конструктор рабочих программ Рабочие программы Методические материалы

## Конструктор рабочих программ

Уважаемые коллеги!

Конструктор рабочих программ предназначен для создания программ по обязательным учебным предметам. Шаблоны рабочих программ конструктора соответствуют ФООП и ФРП.

Обращаем внимание, что конструктор предназначен для создания рабочих программ **только** в рамках обновленных ФГОС.

Вход в конструктор

Инструкция по работе с конструктором

Скачать PDF

По техническим вопросам работы конструктора необходимо отправить запрос

Отправить запрос

**Важно!** Для корректного отображения текстовой части программ в браузере должна быть отключена функция автоматического перевода (см. инструкцию)

### Обучающие вебинары Конструктор рабочих программ

Смотреть



«7. До занятий физической культурой допускаются обучающиеся на основании сведений, содержащихся в заключении медицинской организации, выданном по результатам проведенных профилактических медицинских осмотров обучающихся, осуществляемых в порядке, установленном законодательством Российской Федерации в сфере охраны здоровья.»

Ст. 41. Федеральный закон от 29.12.2012  
№ 273-ФЗ «Об образовании в Российской  
Федерации»



## О Порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних

ГРУППЫ ЗДОРОВЬЯ	МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ФК	ВИД ЗАНЯТИЙ ФУ
<b>I группа здоровья</b> – здоровые несовершеннолетние, имеющие нормальное физическое и психическое развитие	<b>ОСНОВНАЯ</b>	<b>ФК</b>
<b>II группа здоровья</b> – несовершеннолетние: у которых отсутствуют хронические заболевания (состояния), но имеются некоторые функциональные и морфофункциональные нарушения...	<b>ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ</b>	<b>ФК</b>
<b>III группа здоровья</b> – несовершеннолетние: страдающие хроническими заболеваниями (состояниями) в стадии клинической ремиссии, с редкими обострениями...	<b>СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГРУППА «А»</b>	<b>АФК</b>
<b>IV группа здоровья</b> – несовершеннолетние: страдающие хроническими заболеваниями (состояниями) в активной стадии и стадии нестойкой клинической ремиссии с частыми обострениями...	<b>СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГРУППА «Б»</b>	<b>ЛФК</b>
<b>V группа здоровья</b> – несовершеннолетние, страдающие тяжелыми хроническими заболеваниями (состояниями) с редкими клиническими ремиссиями, частыми обострениями, непрерывно рецидивирующим течением...	–	–



## ФГОС начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

### Учебный предмет «Адаптивная физическая культура»

- глухие (варианты 1.2, 1.3, 1.4 ) – 3 часа;
- слабослышащих и позднооглохшие (варианты 2.2, 2.3) – 3 часа;
- слепые (варианты 3.2, 3.3, 3.4) – 3 часа;
- слабовидящие (4.2, 4.3) – 3 часа;
- тяжелые нарушения речи (вариант 5.2) – 2 часа;
- нарушения опорно-двигательного аппарата (варианты 6.2, 6.3, 6.4) – 3 часа;
- задержка психического развития (вариант 7.2) – 3 часа;
- расстройство аутистического спектра (варианты 8.2, 8.3, 8.4) – 2-3 часа;





## ФАОП начального общего образования Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура»

- глухие (варианты 1.2, 1.3, 1.4 ) – 3 часа;
- слабослышащих и позднооглохшие (варианты 2.2, 2.3) – 3 часа;
- слепые (варианты 3.2, 3.3, 3.4) – 3 часа;
- слабовидящие (4.2, 4.3) – 3 часа;
- ~~тяжелые нарушения речи (вариант 5.2) – 2 часа;~~
- нарушения опорно-двигательного аппарата (варианты 6.2, 6.3, 6.4) – 3 часа;
- ~~задержка психического развития (вариант 7.2) – 3 часа;~~
- ~~расстройство аутистического спектра (варианты 8.2, 8.3, 8.4) – 2-3 часа~~



## ФГОС основного общего образования

### Учебный предмет «Адаптивная физическая культура»

для всех обучающихся с ОВЗ исключение учебного предмета "Физическая культура" и включение учебного предмета "Адаптивная физическая культура", предметные результаты по которому определяются Организацией самостоятельно с учетом состояния здоровья обучающихся с ОВЗ, их особых образовательных потребностей, в том числе в соответствии с федеральными адаптированными программами основного общего образования



## ФАОП основного общего образования

### Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура»

- ~~нарушения слуха (варианты 1.1, 1.2, 2.2.1, 2.2.2) – 2 часа;~~
- ~~слепые (варианты 3.1, 3.2) – 2 часа;~~
- ~~слабовидящие (4.1, 4.2) – 2 часа;~~
- ~~тяжелые нарушения речи (варианты 5.1, 5.2) – 2 часа;~~
- ~~нарушения опорно-двигательного аппарата (варианты 6.1, 6.2) – 2 часа;~~
- ~~задержка психического развития (вариант 7) – 2 часа;~~
- ~~расстройство аутистического спектра (варианты 8.1, 8.2) – 2 часа~~



ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» - 1-9 класс

ФАОП обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Федеральная рабочая программа  
по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» - 2-3 часа



## Федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность

Физическая культура (предметная область)		
Физическая культура (учебный предмет)		
Физическая культура: 1 - 4-е классы: учебник: в 2 частях	Винер И.А., Цыганкова О.Д. под редакцией Винер И.А.	Акционерное общество "Издательство "Просвещение"
Физическая культура: 1-й класс: учебник; 14-е издание, переработанное	Матвеев А.П.	
Физическая культура: 2-й класс: учебник; 13-е издание, переработанное		
Физическая культура: 3-й класс: учебник; 5-е издание, переработанное		
Физическая культура: 4-й класс: учебник; 5-е издание, переработанное		
Физическая культура: 5-й класс: учебник; 13-е издание, переработанное		
Физическая культура: 6 - 7-е классы: учебник; 13-е издание, переработанное		
Физическая культура: 8 - 9-е классы: учебник; 12-е издание, переработанное		



Перечень средств обучения и воспитания, соответствующих современным условиям обучения, необходимых при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий государственной программы Российской Федерации "Развитие образования", направленных на содействие созданию (создание) в субъектах Российской Федерации новых (дополнительных) мест в общеобразовательных организациях, модернизацию инфраструктуры общего образования, школьных систем образования

Подраздел 7. Спортивный комплекс



## Требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций

Настоящий стандарт устанавливает требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций при проведении учебно-тренировочных, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий и методы испытаний (проверки).

Требования настоящего стандарта распространяются на образовательные организации, в собственности или управлении которых находятся спортивные сооружения.

Настоящий стандарт может быть использован для оценки техники безопасности спортивных сооружений следующих видов:

- открытых спортивных сооружений при образовательных организациях;
- закрытых спортивных сооружений при образовательных организациях;
- бассейнов при образовательных организациях.



## СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования

### II. Общие требования

2.2. На территории хозяйствующего субъекта должны соблюдаться следующие требования:

2.2.2. Спортивные и игровые площадки должны иметь полимерное или натуральное покрытие. Полимерные покрытия должны иметь документы об оценке (подтверждения) соответствия.

Спортивные занятия и мероприятия на сырых площадках и (или) на площадках, имеющих дефекты, не проводятся.

Беговые дорожки и спортивные площадки должны быть спланированы с учетом необходимости отвода поверхностных вод за пределы их границ.

Для проведения занятий по физической культуре, спортивных соревнований допускается использование спортивных сооружений и площадок, расположенных за пределами собственной территории и оборудованных в соответствии с требованиями санитарного законодательства.





## СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования

### II. Общие требования

2.3. В отношении объектов (зданиям, строениям, сооружениям), используемых хозяйствующими субъектами при осуществлении деятельности, должны соблюдаться следующие требования:

2.3.1. Планировка зданий, строений, сооружений должна обеспечивать соблюдение гигиенических нормативов и обеспечивать доступность услуг, оказываемых для инвалидов и лицам с ограниченными возможностями здоровья.

В подвальных этажах не допускается размещение помещений для детей и молодежи, помещений, в которых оказывается медицинская помощь, за исключением гардеробов, туалетов для персонала, тира, помещений для хранения книг (далее - книгохранилища), умывальных и душевых помещений (далее - умывальные, душевые соответственно), для стирки и сушки белья, гладильных, хозяйственных иных подсобных помещений.

В помещениях цокольного этажа не допускается размещение помещений для детей и молодежи, за исключением гардеробов, туалетов, тира, книгохранилищ, умывальных, душевых, туалетов, помещений для стирки и сушки белья, гладильных, хозяйственных и иных подсобных помещений, обеденных и тренажерных залов для молодежи.

2.3.2. Допускается предусматривать трансформируемые пространства для многофункционального назначения (трансформируемые) (актовый зал, обеденный зал, рекреации, библиотека, спортивный зал, учебные классы, аудитории) в соответствии с задачами образовательного процесса, при условии их оборудования согласно Правилам. Для обеспечения передвижения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по собственной территории и объектам хозяйствующим субъектом должны проводиться мероприятия по созданию доступной среды для инвалидов.



## СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования

### II. Общие требования

2.9. При организации профилактических и противоэпидемических мероприятий хозяйствующими субъектами должны соблюдаться следующие требования:...

2.9.5. В целях предотвращения возникновения и распространения инфекционных и неинфекционных заболеваний ... проводятся:...

- распределение детей в соответствии с заключением о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой ;
- документирование и контроль за организацией процесса физического воспитания и проведением мероприятий по физической культуре в зависимости от пола, возраста и состояния здоровья; за состоянием и содержанием мест занятий физической культурой;
- назначение мероприятий по закаливанию, которые организуются с согласия родителей (законных представителей) и проводятся с учетом состояния здоровья детей (молодежи);
- работа по формированию здорового образа жизни и реализация технологий сбережения здоровья;
- контроль за соблюдением правил личной гигиены; ...

При наличии бассейна с целью профилактики паразитарных заболеваний проводится лабораторный контроль качества воды в ванне плавательного бассейна хозяйствующего субъекта с одновременным отбором смывов с объектов внешней среды на паразитологические показатели.



## СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования

### II. Общие требования

2.10.3. Расписание занятий составляются с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования ЭСО.

Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Хозяйствующим субъектом обеспечивается присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.



## СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования

### II. Общие требования

2.11. Содержание собственной территории и помещений хозяйствующего субъекта должно соответствовать следующим требованиям:

2.11.2. Все помещения подлежат ежедневной влажной уборке с применением моющих средств.

Спортивный инвентарь и маты в спортивном зале ежедневно протираются с использованием мыльно-содового раствора. Ковровые покрытия ежедневно очищаются с использованием пылесоса. Ковровое покрытие не реже одного раза в месяц подвергается влажной обработке. После каждого занятия спортивный, гимнастический, хореографический, музыкальный залы проветриваются в течение не менее 10 минут.



## СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования

### III. Требования в отношении отдельных видов осуществляемой хозяйствующими субъектами деятельности

3.4. При реализации образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования должны соблюдаться следующие требования:

3.4.1. На собственной территории организации, реализующей образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования (далее - общеобразовательные организации), выделяются зоны отдыха, физкультурно-спортивная зона и хозяйственная зона. Для маломобильных групп населения оборудуется парковочная зона.

Для выполнения рабочих программ учебного предмета "Физическая культура", мероприятий программы воспитательной работы и курсов по выбору соответствующей направленности допускается использовать спортивные сооружения (площадки, стадионы, бассейны), расположенные за пределами собственной территории общеобразовательной организации, оборудованные в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству и содержанию мест, предназначенных для занятий спортом и физической культурой. Приобретаемое оборудование для детских игровых площадок должно иметь документы об оценке (подтверждении) соответствия. Зона отдыха используется для организации подвижных игр и отдыха обучающихся, посещающих группы продленного дня, а также для реализации образовательных программ, начального общего, основного общего и среднего общего образования, предусматривающих проведение занятий и мероприятий на свежем воздухе.



## СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования

### III. Требования в отношении отдельных видов осуществляемой хозяйствующими субъектами деятельности

3.4.9. При размещении в общеобразовательных организациях спортивного зала выше 1 этажа, проводят шумоизоляционные мероприятия, обеспечивающие нормируемые уровни шума в смежных помещениях. При спортивных залах оборудуются снарядные, раздевальные для мальчиков и девочек, туалеты, душевые. Площадь туалетов при спортивном зале должна составлять не менее 8,0 м<sup>2</sup>, душевых - 12,0 м<sup>2</sup>.

3.4.16. При реализации образовательных программ должны соблюдаться следующие санитарно-эпидемиологические требования:

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.



## СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования

### III. Требования в отношении отдельных видов осуществляемой хозяйствующими субъектами деятельности

3.4.19. В классном журнале оформляется **лист здоровья**, в который для каждого обучающегося вносят сведения о его антропометрических данных, группе здоровья, медицинской группе для занятий физической культурой, номере необходимой учебной мебели, а также медицинские рекомендации.

3.5. При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения должны соблюдаться следующие требования:

3.5.13. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности.

В середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.



## САНПИП 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования

### 172. Нормативы площадей помещений

Помещения, возраст	Норматив, не менее
Организации для детей старше 7 лет и молодежи	
Спортивный зал	10 м <sup>2</sup> /чел.
Зал для занятий лечебной физической культурой	5 м <sup>2</sup> /чел.
Туалетные при спортивном зале	8,0 м <sup>2</sup>
Душевые при спортивном зале, отдельные по полу	12 м <sup>2</sup>

177. Количество и площадь спортивных залов рассчитывается в зависимости от необходимой одномоментной пропускной способности и спортивной спецификации.





## САНПИП 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования

### Требования к организации образовательного процесса

Показатель	Организация. возраст	Норматив	
Начало занятий, не ранее	все возрастные группы	8:00	
Окончание занятий, не позднее	при реализации программ начального, общего основного и среднего общего образования и программ профессионального обучения (ПОО 1,2 курс)	19:00	
	при реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций	до 7 лет	19:30
		7-10 лет	20:00
		10-18 лет	21:00
Перерыв между последним уроком (занятием) и началом внеурочных / дополнительных занятий следующей смены, не менее		20 мин	



## САНПИП 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования

### Требования к организации образовательного процесса

Показатель	Организация. возраст	Норматив
Продолжительность учебного занятия для обучающихся, не более	1 класс (сентябрь-декабрь)	35 мин
	1 класс (январь-май)	40 мин
	классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья	40 мин
	2-11 классы	45 мин



## САНПИП 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования

### Требования к организации образовательного процесса

Показатель	Организация, возраст	Норматив
Проведение сдвоенных уроков	1-4 классы	не проводятся, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке и плаванию
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возраста	10 мин
Моторная плотность урока физической культуры, %, не менее		70
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее		2 мин



## САНПИП 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования

### Показатели организации образовательного процесса

Показатель	Организация, возраст	Норматив
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возраста	1,0 ч/день
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	старше 7 лет	15 мин



## САНПИП 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования

190. Оценка трудности предметов, отсутствующих в представленных шкалах, производится аналогично предметам данной предметной области

Физическая культура		
Уровень образования	Количество баллов	
Начальное общее	1	
Основное общее	5 класс	3
	6 класс	4
	7 класс	2
	8 класс	2
	9 класс	2
Среднее общее	1	



## САНПИП 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования

Микроклиматические показатели, при которых проводятся занятия физической культурой на открытом воздухе в холодный период года по климатическим зонам

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха, °С		
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/с	при скорости ветра 6-10 м/с
Северная часть Российской Федерации	до 12 лет	-10-11	-6-7	-3-4
	12 - 13 лет	- 12	-8	-5
	14 - 15 лет	- 15	-12	-8
	16 - 17 лет	- 16	- 15	-10
Заполярье	до 12 лет	- 11 -13	-7-9	-4-5
	12 -13 лет	-15	-11	-8
	14 - 15 лет	-18	- 15	- 11
	16 - 17 лет	-21	- 18	-13
Средняя полоса Российской Федерации	до 12 лет	-9	-6	-3
	12 -13 лет	-12	-8	-5
	14 - 15 лет	- 15	- 12	-8
	16 - 17 лет	- 16	-15	-10



«1. Образовательные организации с учетом местных условий и интересов обучающихся самостоятельно определяют формы занятий физической культурой, средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, методы и продолжительность занятий физической культурой на основе федеральных государственных образовательных стандартов и нормативов физической подготовленности.»

Ст. 28. Федеральный закон от 04.12.2007  
№ 329-ФЗ «О физической культуре и спорте  
в Российской Федерации»



## Статья 28. Физическая культура и спорт в системе образования

2. Организация физического воспитания и образования в образовательных организациях включает в себя:

- 1) проведение обязательных занятий физической культурой и спортом в пределах основных образовательных программ, а также дополнительных (факультативных) занятий физической культурой и спортом в пределах дополнительных общеобразовательных программ;
- 2) создание условий, в том числе обеспечение спортивным инвентарем и оборудованием, для проведения комплексных мероприятий по физическому развитию и физической подготовке обучающихся;
- 3) формирование у обучающихся двигательных навыков, знаний о физической культуре с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья, создание условий для вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом;
- 4) осуществление физкультурных мероприятий во время учебных и внеучебных занятий;
- 5) проведение медицинского контроля за организацией физического воспитания;
- 6) формирование ответственного отношения родителей (лиц, их заменяющих) к здоровью детей и их физическому воспитанию;
- 7) проведение ежегодного мониторинга физической подготовленности и физического развития обучающихся;
- 8) содействие организации и проведению спортивных мероприятий с участием обучающихся;
- 9) содействие развитию и популяризации школьного спорта и студенческого спорта





## Статья 28. Физическая культура и спорт в системе образования

3. В целях вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом, развития и популяризации школьного спорта образовательными организациями, реализующими образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования, и (или) обучающимися таких организаций, могут создаваться **школьные спортивные клубы** (в том числе в виде общественных объединений), не являющиеся юридическими лицами. Деятельность таких спортивных клубов осуществляется в порядке, установленном уполномоченным Правительством РФ федеральным органом исполнительной власти, и предусматривается уставами соответствующих образовательных организаций.

## Статья 2. Основные понятия

**школьный спорт** - часть детско-юношеского спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в общеобразовательных организациях, их подготовку к участию и участие в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях



## Порядок осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющихся юридическими лицами

Основными задачами деятельности спортивных клубов являются:

- вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом, формирование у них мотивации и устойчивого интереса к укреплению здоровья;
- организация физкультурно-спортивной работы с обучающимися;
- участие в спортивных соревнованиях различного уровня среди образовательных организаций;
- развитие волонтерского движения по пропаганде здорового образа жизни;
- оказание содействия обучающимся, членам спортивных сборных команд образовательных организаций в создании необходимых условий для эффективной организации образовательного и тренировочного процессов;
- организация спортивно-массовой работы с обучающимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья, ограниченные возможности здоровья.



# ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЛЕКТОРИЙ

УПОЛНОМОЧЕННОГО ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ПРАВАМ РЕБЕНКА



## Контактная информация



[scherbak@iro.yar.ru](mailto:scherbak@iro.yar.ru)



[www.iro.yar.ru](http://www.iro.yar.ru)



[Александр Щербак \(vk.com\)](https://vk.com/alexander_scherbak)



+ 7 485 223 0967



Ярославль, ул. Богдановича, д.16