

Приложение № 10
к ООП НОО
приказ № 270 от 30.08.2023

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ВОСХОДНЕНСКАЯ ШКОЛА
ИМЕНИ В.И. КРИВОРОТОВА» КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

РАССМОТРЕНО И РЕКОМЕНДОВАНО
на заседании ШМО учителей начальных классов
Руководитель ШМО _____ (_____)
Протокол № ____ от ____ ____ 2023 г

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР _____
« ____ » _____ 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету «Физическая культура»
для учащегося 2-в класса, находящегося на индивидуальном обучении
уровень изучения : базовый
(соответствует федеральной рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура»)**

Составитель
Учитель начальных классов
Пинчук М.Г.
Срок реализации программы: 1 год

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена на основе ФГОС НОО с использованием УМК «Школа России», основной общеобразовательной программы НОО МБОУ «Восходненская школа им. В. И. Криворотова. Согласно ООП НОО для обучающихся на изучение предмета во 2 классе отводится 2 часа в неделю, 68 часов в год, (34 учебные недели). На индивидуальное обучение учащегося по данному предмету в индивидуальном учебном плане отведено 1 час в неделю (34 часов в год). Программа реализуется за счет уплотнения учебного теоретического материала. На отработку практического материала отводятся часы самостоятельной работы учащегося.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

1. - Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования»); (для НОО)
2. Федеральной рабочей программой начального общего образования. Физическая культура (для 1-4 классов образовательных организаций) – Москва, 2023;
3. Основной образовательной программой начального общего образования МБОУ «Восходненская школа имени В.И. Криворотова» Красногвардейского района Республики Крым;
6. Положением о рабочих программах, разрабатываемых по ФГОС-2021

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Модуль: Гимнастика с основами акробатики

Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, группировки и перекаты положения лёжа, стойка на лопатках, «мост» из положения лежа на спине.

Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте, повороты направо и налево, передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Лазание по гимнастической стенке, скамейке, перелазание.

Упражнения в равновесии на полу, гимнастической скамейке.

Танцевальные упражнения шаг с прискоком, приставные шаги, шаг галопа в сторону.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе, подъём ног из положения лёжа на животе, сгибание рук в положении упор лёжа, прыжки в группировке, толчком двумя ногами, прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Модуль: Лёгкая атлетика

Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину с места толчком двумя ногами. Метание мяча вертикальную, горизонтальную цели; метание на дальность. Специально беговые, прыжковые упражнения.

Модуль: Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Подвижные игра «Третий лишний», «Волк во рву», «У медведя в бору» и т.д. Игровые задания с использованием строевых упражнений.

Баскетбол: ведение мяча на месте и в движении, подбрасывание и ловля мяча на месте, в движении. Передачи мяча на месте. Броски мяча на месте, в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча двумя руками. Передача мяча двумя сверху из-за головы. Передача мяча через сетку. Броски мяча из различных исходных положений. Передача мяча в парах, на месте.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;

- понимать связь между закалывающими процедурами и укреплением здоровья;

- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;

обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;

вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);

исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;

делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);

выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;

взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;

контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;

измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;

выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекачиванию;

демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;

выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние;

организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;

– выполнять упражнения на развитие физических качеств.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел	Количество часов по рабочей программе всего	Количество часов аудиторной нагрузки	Самостоятельная работа*	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1	Знания о физической культуре	1	0,5	0,5	www.school.edu.ru www.edu.ru https://uchi.ru
	Итого	1	0,5	0,5	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
3	Физическое развитие и его измерение	1	0,5	0,5	www.school.edu.ru www.edu.ru https://uchi.ru
	Итого	1	0,5	0,5	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
7	Занятия по укреплению здоровья	1	0,5	0,5	www.school.edu.ru www.edu.ru https://uchi.ru
	Итого	1	0,5	0,5	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
9	Модуль: Гимнастика с основами акробатики	10	5	5	www.school.edu.ru www.edu.ru https://uchi.ru
	Модуль: Легкая атлетика	21	10,5	10,5	www.school.edu.ru www.edu.ru https://uchi.ru
10	Модуль: Подвижные игры	25	12	13	www.school.edu.ru www.edu.ru https://uchi.ru
11	Итого	56	22	23	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса	9	5	4	www.school.edu.ru www.edu.ru

	ГТО				https://uchi.ru
	Итого	9	5	4	
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	34	34	

*Часы, отведенные на самостоятельную работу, подразумевают отработку практического материала, направленного на решение и углубление практических занятий и умений.

К программе предусмотрены приложения:

Приложение №1: Календарно-тематическое планирование с листом корректировки

Приложение №1
к рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура»
для учащегося 2-в класса, находящегося на индивидуальном обучении

**Календарно-тематическое планирование по учебному предмету «Физическая культура»
для учащегося 2-в класса, находящегося на индивидуальном обучении**

№ п\п	Дата проведения		Наименования раздела, тема урока	Количество часов	Примечание
	план.	факт.			
1	07.09		Инструктаж по Т.Б. на уроках физической культуры. Символика Олимпийских игр.	1	www.edu.ru
2	14.09		Закаливание. Режим дня.	1	https://uchi.ru
3	21.09		Т.Б на уроках легкой атлетики.. Повторный бег 2*20м. Стартовые упражнения. Подвижные игры.	1	www.school.edu.ru
4	28.09		Повторный бег 2*30м. Стартовые упражнения. Подвижные игры.	1	https://uchi.ru
5	05.10		Бег 30 м. СБУ. Подвижные игры.	1	www.school.edu.ru
6	12.10		Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО. Бег на 30 м.	1	www.gto.ru
7	19.10		Прыжок в длину с места. Метание мяча в вертикальную, горизонтальную цель.	1	www.gto.ru
8	26.10		Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО. Метание мяча на дальность.	1	www.gto.ru
9	09.11		Бег на длинные дистанции. Бег чередовать с ходьбой. Преодоление горизонтальных препятствий. Подвижные игры.	1	www.edu.ru
10	16.11		Т.Б. на уроках подвижных игр. Подвижные игры. Эстафеты.	1	https://uchi.ru
11	23.11		Т.Б. на уроках гимнастики. Строевые приемы. Акробатика. Упоры и седы. Перекаты и группировка. Упражнения на гибкость. Подвижные игры.	1	https://uchi.ru
12	30.11		Строевые приемы. Кувырок вперед. Упражнения на гибкость. Подвижные игры.	1	www.edu.ru
13	07.12		Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО. Наклон в перед из положения стоя на гимнастической скамейке.	1	www.gto.ru
14	14.12		Лазание по гимнастической скамейке, гимнастической стенке. Прыжки со скакалкой.	1	www.gto.ru

			Подвижные игры.		
15	21.12		Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО. Подтягивание в висе на низкой перекладине в упоре лежа.	1	www.gto.ru
16	28.12		Упражнения в равновесии. Упражнения на гибкость. Подвижные игры.	1	www.edu.ru
17	11.01		Танцевальные упражнения. Упражнения на гибкость. Подвижные игры.	1	www.school.edu.ru
18	18.01		Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО. Подъем корпуса из положения лежа.	1	www.gto.ru
19	25.01		Т.Б. на уроках подвижных игр с элементами баскетбола. Ловля мяча на месте и в движении. Броски мяча двумя руками стоя на месте.	1	www.edu.ru
20	01.02		Ведение мяча в движении. Бросок мяча на месте от груди.	1	https://uchi.ru
21	08.02		Бросок мяча в цель. Бросок в кольцо.	1	https://uchi.ru
22	15.02		Ловля мяча на месте и в движении. Броски мяча двумя руками стоя на месте.	1	www.edu.ru
23	22.02		Подбрасывание и подача мяча двумя руками. Эстафеты.	1	www.school.edu.ru
24	29.02		Передача мяча двумя сверху из-за головы. Эстафеты.	1	www.edu.ru
25	07.03		Передача мяча через сетку. Подвижные игры.	1	https://uchi.ru
26	14.03		Броски мяча из различных исходных положений. Эстафеты.	1	www.school.edu.ru
27	28.03		Подвижные игры. Эстафеты.	1	www.school.edu.ru
28	04.04		Т.Б. на уроках легкой атлетики. Равномерный бег 3 мин. Бег чередовать с ходьбой. Подвижные игры.	1	https://uchi.ru

29	11.04		Т.Б. на уроках легкой атлетики. Повторный бег 2*30м. Стартовые упражнения. Подвижные игры.	1	www.school.edu.ru
30	18.04		Бег 60 м. Подвижные игры	1	https://uchi.ru
31	25.04		Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО. Бег 30 м.	1	www.gto.ru
32	02.05		Прыжок в длину с места. Метание мяча в вертикальную, горизонтальную цель. Подвижные игры.	1	www.school.edu.ru
33	16.05		Прыжок в длину с места. Метание на дальность. Подвижные игры.	1	www.edu.ru
34	23.05		Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО. Метание мяча на дальность	1	www.gto.ru

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
Введите свой вариант

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;
Физическая культура, 1-4 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;
Физическая культура. 1-4 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

www.school.edu.ru

www.edu.ru

www.gto.ru

<https://uchi.ru>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766830

Владелец Зуйкина Ирина Серафимовна

Действителен с 23.08.2023 по 22.08.2024