


Приложение к **НОП** ООО МБОУ «Успенская СОШ № 6
имени Героя Советского Союза В.Н.Прохорова»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УСПЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 6
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА В.Н.ПРОХОРОВА»
663957, Красноярский край, Рыбинский район, с. Успенка, пер. Школьный, 4
E-mail: uspenka-school6@mail.ru
Тел. \факс: 839165 713 19

<p>Рассмотрено на заседании Методического совета школы протокол № <u>1</u> от «<u>28</u>» <u>08</u> 20<u>22</u> г</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора школы по УВР <u>МВ</u> «<u>29</u>» <u>08</u> 20<u>22</u>г.</p>	<p>« Утверждаю » Директор школы <u>Е.Ю.Кокарева</u> Приказ № <u>01-05-2022</u> от «<u>30</u>» <u>08</u> 20<u>22</u>г.</p> 
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

«Физическая культура»

2 – 4 классы

Учителя Ермаков Василий Петрович

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета, курса составлена на основании:

- ФЗ-273 РФ «Об образовании в Российской Федерации», утв. Приказом № 273 от 29.12.2012 г.
- ФГОС НОО от 06.10.2009 №373
- Примерной ПРОГРАММЫ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
- Авторской образовательной программы Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич М: Просвещение 2009 год
- основная образовательная программа НОО МБОУ «Успенская СОШ № 6 имени Героя Советского Союза В.Н. Прохорова» с изменениями от 28.08.2015г., приказ 01-05-121
- федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования утв. приказом МП РФ от 22.11.2019 № 632;
- Учебного плана школы на 2022-2023 г.
- Календарного учебного графика на 2022-2023 г.

Общая характеристика учебного предмета, курса

Программа состоит из трех разделов: «Знание о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий и программных видов спорта, а так же общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

Личностные, метапредметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса.

Личностные результаты:

- воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- знание истории физической культуры своего народа;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- освоение социальных норм, правил поведения;
- формирование коммуникативной компетентности общения и сотрудничестве;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности, корректировать свои действия;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;
- умение работать индивидуально и в группе;

умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Предметные результаты

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- Овладение умений организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.

Содержание учебного предмета, курса

Знания о физической культуре

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр.

Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений; развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

Физическое совершенствованием

Тема 1: Гимнастика с основами акробатики (1, 2, 3, 4 класс – 12 часов)

-*Организующие команды и приемы:* повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

-*Акробатические упражнения* из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полу переворот назад в стойку на коленях.

-*Гимнастические упражнения прикладного характера:* танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине – вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

Тема 2: Легкая атлетика – (1 класс – 17 ч., 2, 4 класс – 12 часов, 3 класс – 15 часов)

-*Бег:* равномерный бег с последующим ускорением, с высокого старта, челночный бег 3*10м, бег с изменением частоты шагов.

-*Броски* большого мяча снизу из положения, стоя и сидя из-за головы.

-*Метание* малого мяча на дальность из-за головы.

-*Прыжки:* на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скалкой.

Тема 3: Подвижные игры с элементами футбола (1 класс - 6 часов, 2, 3, 4 класс – 5 часов)

- | | |
|---|------------------------------------|
| 1. Бег по слабопересеченной местности до 1км. | 5. Бег по пересеченной местности. |
| 2. Равномерный медленный бег до 5 мин. | 6. Равномерный бег до 6 мин. |
| 3. Кросс до 800 м.(мал) до 500м.(дев) | 7. Кросс до 1 км. |
| 4. Спортивная игра <i>мини-футбол</i> : а) удары по мячу ногой. | 8. Бег с преодолением препятствий. |
| б) остановка мяча ногой, отбор мяча. | 9. Бег по пересечению местности. |
| в) тактические действия в защите и нападении | |
| г) отбор мяча | |

Тема 4: Спортивные и подвижные игры (1, 2, 4 класс - 12 часов, 3 класс – 10 часов)

-На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веребочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

-*На материале раздела «Легкая атлетика»:* «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки-желуди-орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

На материале раздела «Спортивные игры»:

-*Футбол:* остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек, остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Передал-садись», «Послушный мяч».

Тема 5: Подвижные игры с элементами баскетбола (1, 3 класс - 6 часов, 2, 4 класс – 7 часов)

Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболист, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведения мяча на месте, по прямой по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Салки».

Тема 6: Волейбол (1 класс - 5 часов, 2, 3, 4 класс – 6 часов)

Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения – подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Два мороза», «Гонка мячей».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Тема 7: Лыжная подготовка (1- 4 класс – 14 часов)

Развитие выносливости, силы, быстроты координации движений. Передвижения на лыжах. Подъемы, спуски, повороты, торможения.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Согласно ФГОС НОО и программы Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич М: Просвещение 2009 год, НОО МБОУ «Успенская СОШ № 6 имени Героя Советского Союза В.Н. Прохорова» отводит для обязательного изучения учебного предмета «Физическая культура» в 1 - 4 классе 68 часов из расчета 2 учебных часа в неделю. На основании учебного плана школы и календарного учебного графика на 2022-2023 учебный год.

- 1 класс - 33 учебных недели, рабочая программа составлена на 66 часов.
- 2 класс - 34 учебных недели, рабочая программа составлена на 68 часов.
- 3 класс - 34 учебных недели, рабочая программа составлена на 68 часов.
- 4 класс - 34 учебных недели, рабочая программа составлена на 68 часов.

Изменения, вносимые в рабочую программу, их обоснование

На основании СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» разработано положение «Об организации образовательного процесса с использованием ЭО и ДОТ» (приказ 01-05-211/3 от 14.09.2020г.). В связи с этим при освоении программы могут использоваться элементы ЭО и ДОТ, а именно образовательные онлайн-платформы, цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах, вебинары, видеоконференции, электронные носители мультимедийных приложений к учебникам, электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности, skype-общение, e-mail. Могут быть использованы следующие формы: лекция, консультация, семинар, лабораторная работа, практическая работа и др.