

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 42 им. Эшрефа Шемьи-заде»
Муниципального образования городской округ Симферополь Республики Крым

РАССМОТРЕНО на заседании МО учителей начальных классов протокол от «__» __.2020г. №__ Руководитель МО учителей начальных классов _____ В.Н.Медведева	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ «СОШ №42 им. Эшрефа Шемьи-заде» _____ В.Н.Медведева «__» _____ 2020г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ «СОШ №42 им. Эшрефа Шемьи-заде» _____ Э.Э.Османова Приказ от «__» __.2020г. №__
--	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
на 2020/2021 учебный год
базовый уровень
1-Д класс
Начальное общее образование

Учитель : Куртосманова Ферузе Изетовна,
первая категория

Количество часов в год: 66
Количество часов в неделю: 2

Рабочая программа составлена на основе примерной программы начального общего образования и на основе авторской программы В.И. Ляха и А.А. Зданевича; Региональной комплексной программы по физическому воспитанию 1-11 кл. (авторы: Огаркова А.В., Пищаева О.А., Вареников А.М., Плохая С.И., Кондратенко В.В., Бердина Е.А.)

Симферополь
2020

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена для 1 класса Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №42 им. Эшрефа Шемьи-заде» муниципального образования городской округ Симферополь Республики Крым на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, Программы Министерства образования РФ: Начальное общее образование, авторской программы В. И. Лях и А. А. Зданевич «Физическая культура» 2011, утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования и ООП НОО МБОУ «СОШ №42 им. Эшрефа Шемьи-заде» .

Количество недельных часов: 2

Количество часов в год: 66

Уровень программы: базовый

Тип программы: типовая

Учебник : «Физическая культура». 1 класс. Лях В.И., -М.: Просвещение, 2014.

Нормативные документы, определяющие содержание программы:

1. Федеральный уровень:

1.1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).

1.2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373».

1.3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.07.2015 №734 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1015».

1.4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.12.2018 №345 «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

1.5. Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.05.2018 №08-1211 «Об использовании учебников и учебных пособий в образовательной деятельности».

1.6. Письмо Департамента общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011г. №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».

1.7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и

содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».

1.8. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 №544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».

1.9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями и дополнениями).

1.10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.12. 2015 №81 «О внесении изменений № 3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях».

1.11. Примерные образовательные программы по украинскому (родному и неродному) и крымскотатарскому (родному и неродному) языкам и литературному чтению (одобренны решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию Министерства образования и науки Российской Федерации 20.05.2015 г. №2/15). (Реестр примерных основных общеобразовательных программ, www.fgosreestr.ru).

1.12. Примерные адаптированные основные общеобразовательные программы начального общего образования для всех категорий обучающихся с ОВЗ (одобренны решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.12.2015 г. №4/15). (Реестр примерных основных общеобразовательных программ, www.fgosreestr.ru).

1.13. Перечень средств обучения и воспитания, необходимых для реализации образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования, соответствующих современным условиям обучения, необходимый при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий по содействию созданию в субъектах Российской Федерации (исходя из прогнозируемой потребности) новых мест в общеобразовательных организациях, критерии его формирования и требования к функциональному оснащению, а также норматив стоимости оснащения одного места обучающегося указанными средствами обучения и воспитания, утвержденные приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 марта 2016 года № 336.

1.14. Письмо Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор) от 20.06.2018 года №05-192 «Об изучении родных языков из числа языков народов Российской Федерации».

2. Региональный уровень

2.1. Закон Республики Крым от 06.07.2015 №131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым».

2.2. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 11.06.2015 №555 «Об утверждении Методических рекомендаций по формированию учебных планов общеобразовательных организаций Республики Крым на 2015/2016 учебный год».

2.3. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 07.06.2017 № 1481 «Об утверждении Инструкции по ведению деловой документации в общеобразовательных организациях Республики Крым» (с изменениями).

2.4. Письмо Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 04.12.2014 №01-14/2014 «Об организации внеурочной деятельности».

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- -- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В программе В. И. Ляха, А. А. Зданевича программный материал делится на две части : базовую и вариативную.

В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой).

Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура».

Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных .

Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся начинается со второго полугодия второго класса (или раньше в соответствии с решением педагогического совета школы). Отличительной особенностью преподавания физической культуры в первом классе является игровой метод. Большинство заданий учащимся первого класса рекомендуется планировать и давать в форме игры.

Урок физической культуры - основная форма обучения жизненно-важным видам движений, которые имеют огромное значение в укреплении здоровья школьника. Уроки решают задачу по улучшению и исправлению осанки; оказывают профилактическое воздействие на физическое состояние ребенка; содействуют гармоничному физическому развитию; воспитывают координацию движений; формируют элементарные знания о личной гигиене, режиме дня; способствуют укреплению бодрости духа; воспитывают дисциплинированность.

Физическое совершенствование.

Гимнастика с основами акробатики

Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.

Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизированные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью)

Легкая атлетика

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.

Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» 2; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача».

Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Физическое совершенствование.	12
2	Легкая атлетика.	28
3	Подвижные игры.	8
4	Акробатика. Легкая атлетика.	18
	ИТОГО:	66

V.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Дата проведения		Тема
	план	факт	
Физическое совершенствование (12 ч.)			
1.			ИОТ – 1.00-2015, 1.01-2015,1.02-2015, 1.06-2015 Техника безопасности на уроке физкультуры. Игра «По местам!»
2.			ИОТ – 1.07-2015 Строевые упражнения. Подвижная игра«По местам!»
3.			Ознакомление с разновидностями спортивного инвентаря. Подвижная игра «Займи свое место»
4.			ИОТ – 1.07-2015 Строевые упражнения. Подвижная игра «Займи свое место»
5.			ИОТ – 1.06-2015, 1.08-2015. Тестирование двигательных качеств: бег 20 м, прыжки вверх на месте.
6.			ИОТ – 1.07-2015. Техника выполнения прыжков на месте на двух ногах с опред. положением рук. Игра «Будь ловким!»
7.			Отработка техники выполненияпрыжков с небольшим продвижением вперед и назад. Подвижная игра «Смена мест»
8.			Развитие общей выносливости. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Игра «Пятнашки»
9.			Двигательный режим учащегося. Игра «Кот и мышь».
10.			Совершенствование навыков выполнения строевых команд. Игра«Эстафета зверей».
11.			Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.
12.		08.10	Общеразвивающие упражнения с предметами и без них. Обучение технике поворотов и прыжков с высоты.
Легкая атлетика (28 ч.)			
13.			ИОТ – 1.08-2015. Обучение технике поворотов (прыжком, переступанием) и прыжков с высоты.
14.			Обучение технике поворотов (прыжком, переступанием) и прыжков с высоты.
15.			ИОТ – 1.07-2015. Прыжки на одной и двух ногах вверх на опору. Подвижная игра «Смена мест».
16.			Приемы и навыки прыжков вверх и вниз на маты. Упражнение «Солнышко»(со скакалкой)
17.			Ознакомление с техникой выполнения прыжков в длину. Игра «Найди цвет!».
18.			ИОТ – 1.05-2015 Развитие быстроты, передача волейбольного мяча и его ловля
19.			Техника выполнения метания мяча в горизонтальную цель.
20.			ИОТ – 1.07-2015. Правила метания мяча с разбега. Игра «Ловишки».
21.			Правила метания мяча с разбега. Игра «Ловишки».
22.			Совершенствование техники метания. Игра «Попади в корзину».
23.			Упражнения с мячом большого диаметра. Игра «Затейники».
24.			Бросок мяча снизу и ловля мяча на месте. Игра «Бросай - поймай».
25.			Прыжки со скакалкой. Подвижная игра «Солнышко»

26.			<i>ИОТ – 1.07-2015. Техника выполнения упражнений в лазании по гимнастической стенке. Игра «Удочка».</i>
27.			Переползание (подражание животным), игры «Крокодил», «Обезьяна»
28.			<i>ИОТ – 1.09.2015. Развитие координационных способностей посредством гимнастических упражнений.</i>
29.			<i>ИОТ – 1.07-2015. Полоса препятствий. Подвижная игра.</i>
30.			Полоса препятствий. <i>Игра «Мы - веселые ребята!»</i>
31.			Техника безопасности на уроках гимнастики. <i>Подвижная игра «Займи свое место»</i>
32.			<i>ИОТ – 1.09.2015. Ходьба на носках по линии, скамейке. Комплекс упражнений «Скамеечка».</i>
33.			Лазание по гимнастической лестнице.
34.			Техника выполнения акробатических упражнений.
35.			Выполнение акробатических упражнений. Обучение кувырку в группировке.
36.			Выполнение акробатических упражнений. <i>Подвижная игра «Хитрая лиса»</i>
37.			Фронтальное обучение упору и висам лежа на низком бревне.
38.			Развитие гибкости: наклоны вперед, сидя на полу, прокат на спине назад, выполнение полу-шпагата.
39.			Упражнения на равновесие. Учет по прыжкам в длину с места
40.			Развитие координационных способностей. <i>Игра «Змейка»</i>
Подвижные игры (8 ч).			
41.			<i>ИОТ – 1.07-2015. Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.</i>
42.			Танцевальная минутка «Если нравится тебе». <i>Комплекс упражнений «Ветер»</i>
43.			<i>ИОТ – 1.04-2015. Веселые старты.</i>
44.			Подвижные игры в зимний период. Метание снежка. <i>Игровое упражнение «Смелые воробышки».</i>
45.			Подвижные игры «Учимся, играя!».
46.			Развитие выносливости и быстроты
47.			Метание мяча в щит.
48.			Подвижные игры «Учимся, играя!».
Акробатика. Легкая атлетика.(18 ч)			
49.			<i>ИОТ – 1.09-2015, 1.07-2015. Разучивание акробатических упражнений. Игра «Лабиринт».</i>
50.			Лазания и перелазания. Отработка техники упражнений с мячом.
51.			Прием, передача и прокат малого мяча. Правила выполнения упражнений с мячом.
52.			Упражнения стенным мячом. <i>Игровое упражнение «Передай мяч».</i>
53.			Повторение техники выполнения упражнений на равновесие.
54.			Упражнение «Поднимание и опускание туловища из положения лежа».
55.			Перекаты в гимнастике, группировки, удержание туловища, ног и рук в различных положениях
56.			Развитие гибкости: наклоны вперед, сидя на полу, прокат на спине назад, выполнение полу-шпагата.

57.			Круговые эстафеты до 20 м.
58.			Комплекс упражнений «На лугу». <i>Игры:</i> «Волк во рву», «Весна-красна».
59.			Упражнения на равновесие. <i>Игры:</i> «Птичка», «Лесная поляна», «Перепрыгиваем лесные кочки».
60.			Повторение строевых упражнений. Наклоны.
61.			Соревнования и круговые эстафеты до 20м. <i>Игра</i> «Космонавты»
62.			Правила закаливания (солнечные и воздушные ванны)
63.			<i>ИОТ – 1.08-2015</i> Кроссовая подготовка.
64.			Преодоление полосы препятствий. <i>Игра</i> «Лягушата и цапля».
65.			Подвижные игры. Бег на 60 м.
66.			Техника безопасности в летний период. <i>Игры:</i> «Команда быстроногих», «Перетягивание через черту».

Утверждено
Директор МБОУ
«СОШ № 42 им. Э.Шемьи-заде»
г. Симферополя
_____ Э.Э.Османова

Лист корректировки рабочей программы
учителя Куртосмановой Ферузе Изетовны

№	Название раздела	Тема урока	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Коррекционное мероприятие	Дата проведения по факту
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						

Заместитель директора по УВР МБОУ
«СОШ № 42 им. Э.Шемьи-заде» _____ В.Н.Медведева

