




МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 13»

(МАОУ СОШ № 13)

"РАССМОТРЕНО"	"СОГЛАСОВАНО"	"УТВЕРЖДЕНО"
на заседании кафедры учителей начальных классов и физической культуры Протокол № 1 от «30» августа 2019 г.  /Е.С.Кугаевская	на заседании научно-методического совета МАОУ СОШ № 13 Протокол № 1 от «30» августа 2019 г.  /В.А.Рогоулько	приказом школы Приказ № 124 от "31" августа 2019 г. 

Рабочая программа  
интегрированного обучения по адаптированной основной  
образовательной программе для учащихся с задержкой психического  
развития (вариант 7.1)

по физической культуре (подвижные игры)

2 класс

Учитель: Кошкарова Наталья Николаевна

УМК «Начальная школа XXI века» под редакцией Н.Ф. Виноградовой

Учебник

Физическая культура.: 1-4кл. учебник для общеобразовательных учреждений. Лях В. И. – 2 изд. - М.: Просвещение, 2015г.

2019-2020 уч.г.

## *1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА*

Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (далее – АООП НОО обучающихся с ЗПР) – это образовательная программа, адаптированная для обучения данной категории обучающихся с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для 1-4 классов разработана на основе примерной программы по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №373 от 6 октября 2009 года «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования») и авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. М, «Просвещение», 2011 год. Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учётом этих особенностей **целью** программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, сазаньи, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

## *2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА*

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;

• на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

• на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

• на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа состоит из трех разделов: «Знания 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 из программных видов спорта, а так же общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

### 3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Во втором классе, в соответствии с учебным планом, реализация программы рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

#### **Количество часов «подвижные игры»:**

I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
8ч	8ч	10ч	8ч

1 полугодие 16 часов

2 полугодие 18 часов

### 4. ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В основу разработки и реализации АООП НОО обучающихся с ЗПР заложены дифференцированный и деятельностный подходы.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по физической культуре являются:

— умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

— умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной,

общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

#### 5. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения обучающимися с АООП НОО соответствуют ФГОС НОО.

*Ученик научится:*

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой.

*Ученик получит возможность научиться:*

- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

*Личностными* результатами изучения физической культуры - подвижные игры являются:

- 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;

*Метапредметными* результатами изучения физической культуры-подвижные игры являются:

- 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.

**Предметными** результатами изучения физической культуры - подвижные игры являются:

- 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), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- 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.

## 6. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

### **Подвижные игры (34 ч.)**

*На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:* «Змейка»

*На материале раздела «Легкая атлетика»:* подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). "Салки", «Русская лапта», «Вызов номеров».

*На материале раздела «Лыжные гонки»:* подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). «Посадка картофеля», «Прыгающие воробушки».

*На материале раздела «Спортивные игры»:* «пионербол», "Мы весёлые ребята", "Волк во рву",

"Птицы и клетка", "угадай кто", «Лиса в курятнике», «Два мороза», «Зайцы в огороде», «Охотники и утки», «Пятнашки»

*Футбол:* Игра «Прокати быстрее мяч», Игра «Школа мяча», «Мини-футбол»

*Баскетбол:* «Мини-баскетбол».

*Волейбол:* Игра «Школа мяча»

**Общеразвивающие физические упражнения** на развитие основных физических качеств.

7. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ  
УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№	Тема урока	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Дата
1	Правила безопасности во время занятий. Ознакомление с двигательным режимом. Игра «Салки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	Руководствуются правилами профилактики травматизма. В паре со сверстниками моделируют случаи травматизма и оказания первой помощи. Дают оценку своим знаниям о самопомощи и первой помощи при получении травмы. Раскрывают понятие «народные подвижные игры» и анализируют положительное влияние их компонентов на укрепление здоровья и развитие человека. Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и	
2	Подвижная игра "Салки". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
3	Игра «Пятнашки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
4	Игра «Пятнашки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
5	Игра пионербол. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
6	Игра пионербол. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
7	Игра "Мы весёлые ребята". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
8	Игра "Волк во рву". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
9	Игра "Птицы и клетка". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
10	Игра "Птицы и клетка". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
11	Игра "угадай кто". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
12	Подготовка к выполнению нормативов ГТО; Игра «Посадка картофеля», «Лиса в курятнике».	1		
13	Игра пионербол. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
14	Игра пионербол. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
15	Игра пионербол. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
16	Игра «Прокати быстрее мяч» Игра «Школа мяча». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
17	Игра «Мини-баскетбол». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
18	Игра «Мини-баскетбол». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
19	Игра «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
20	Игра «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
21	Игра «Зайцы в огороде». Эстафеты.	1		

	Развитие скоростно-силовых способностей.		устраняют типичные ошибки. Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей. Организуют и проводят совместно со сверстниками данные игры, осуществляют судейство. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют подвижные игры для активного отдыха. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безопасности.
22	Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
23	Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
24	Игра «Змейка». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
25	Игра «Змейка». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
26	Игра «Охотники и утки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
27	Игра «Охотники и утки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
28	Игра «Русская лапта». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
29	Подготовка к выполнению нормативов ГТО; Игра «Русская лапта». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
30	Подвижная игра «Вызов номеров». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
31	Подвижная игра «Вызов номеров». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
32	Подвижная игра «Вызов номеров». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	
33	Преодоление полосы препятствий. Игра «Мини-футбол» Игра «Русская лапта».	1	
34	Преодоление полосы препятствий. Игра «Мини-футбол» Игра «Русская лапта».	1	

8 ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

	<b>Технические средства обучения</b>
	Музыкальный центр
	Аудиозаписи
	<b>Учебно-практическое оборудование</b>
	Бревно гимнастическое напольное
	Козел гимнастический
	Канат для лазанья
	Перекладина гимнастическая (пристеночная)

	Стенка гимнастическая
	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)
	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
	Палка гимнастическая
	Скакалка детская
	Мат гимнастический
	Гимнастический подкидной мостик
	Кегли
	Обруч пластиковый детский
	Планка для прыжков в высоту
	Флажки: разметочные с опорой, стартовые
	Лента финишная
	Рулетка измерительная
	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям
	Лыжи детские (с креплениями и палками)
	Щит баскетбольный тренировочный
	Сетка для переноски и хранения мячей
	Сетка волейбольная