



Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Тоншаевская средняя школа»

Рассмотрено
Руководитель
методического
объединения учителей

 /Т.В.Петрашевич/
ФИО

Протокол № 1
от «29» 08 2018 г.

Согласовано
Заместитель
директора по УВР

 /Ю.В.Ворожцова/
ФИО

«29» 08 20 18 г.

Утверждаю
Директор



/Е.Г.Смирнова/
ФИО

Приказ № 01-02/009
от «29» 08 20 18 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Физическая культура»
для 2 класса
(индивидуальное обучение на дому)

Составитель программы:
В.А. Филиппова, учитель

2018 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса разработана 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 «Физическая культура» издательство «Просвещение», Москва - 2010г, утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

В программе сохранено основное содержание общеобразовательной школы, но учитываются индивидуальные особенности учащегося с задержкой психического развития и специфика усвоения им учебного материала. Обучающемуся ребенку с ОВЗ очень сложно сделать над собой волевое усилие, заставить себя выполнить что-либо. Нарушение внимания: его неустойчивость, сниженная концентрация, повышенная отвлекаемость. Нарушения восприятия выражается в затруднении построения целостного образа. Ребенку может быть сложно, узнать известные ему предметы в незнакомом ракурсе. Такая структурность восприятия является причиной недостаточности, ограниченности, знаний об окружающем мире. Также страдает скорость восприятия, и ориентировка в пространстве, сопровождается проблемами речи, связанными с темпом ее развития. Программа строит обучение детей с ОВЗ на основе принципа коррекционно-развивающей направленности учебно-воспитательного процесса. Это означает, что учебный материал учитывает особенности детей, на каждом уроке включаются задания, обеспечивающие восприятие учебного материала

Общая характеристика учебного предмета.

В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Программа состоит из 3 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 также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью. Программа по физической культуре для учащихся начальной школы ориентируется на решение следующих целей и задач: **Целью программы** - 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:

- *укрепление* здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- *совершенствование* жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- *формирование* общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- *развитие* интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- *обучение* простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями);

— реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— 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;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Место курса в учебном плане.

На предмет физической культуры индивидуально на дому во 2 классе выделяется 1 урок в неделю. 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 подвижные игры с элементами спортивных игр. Программный материал усложняется по разделам каждый год, за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. В целях дифференцированного подхода обучающийся отнесенный по состоянию здоровья к подготовительной группе занимается по программе основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок, в том числе и временных. Учащийся отнесенный к специальной медицинской группе изучает материал теоретически без сдачи учебных нормативов и физических нагрузок. Контроль за знаниями учащегося осуществляется в виде устного опроса, учебных тестов, рефератов.

Планируемые результаты.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- определение общей цели и путей её 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 учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- 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 психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- * овладение умениями организовывать 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 (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА

Основы знаний

Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке.

Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание.

Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках.

Значение утренней зарядки.

Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.

Общеразвивающие упражнения без предметов

Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.

Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук.

Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки.

Простые комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений.

Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами

Комплексы упражнений с гимнастическими палками, флажками, малыми мячами.

Равновесие

Ходьба по коридору шириной 20 см. Стойка на носках (3—4 с). Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук. Кружение на месте и в движении.

Ходьба

Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе. Ходьба с сохранением правильной осанки, на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.

Общая физическая подготовка

Специальные и коррекционные упражнения, направленные на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения, на развитие физических качеств.

Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений).

Увеличение и уменьшение круга движением вперед, назад, на ориентир, предложенный учителем.

Шаг вперед, назад, в сторону и воспроизведение его с закрытыми глазами.

Подвижные и коррекционные игры

«Слушай сигнал», «Космонавты», «Запомни порядок», «Летает — не летает», «Вот так позы!», «Совушка», «Слушай сигнал», «Удочка».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России;

Осознание роли своей страны в мировом развитии, уважительное отношение к семейным ценностям, бережное отношение к окружающему миру.

Целостное восприятие окружающего мира.

Развитую мотивацию учебной деятельности и личностного смысла учения, заинтересованность в приобретении и расширении знаний и способов действий, творческий подход к выполнению заданий.

Рефлексивную самооценку, умение анализировать свои действия и управлять ими.

Навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Установку на здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, к работе на результат.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы её осуществления.

Овладение способами выполнения заданий творческого и поискового характера.

Умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её выполнения, определять наиболее эффективные способы достижения результата.

Способность использовать знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов.

Использование речевых средств и средств информационных технологий для решения задач.

Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.

Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения.

Определение общей цели и путей её достижения: умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов и процессов в соответствии с содержанием учебного предмета «математика».

Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием учебного предмета «Математика».

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры
- изложение фактов истории физической культуры
- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела)
- знать понятие о правильной осанке, ходьбе;
- выполнять команды: «Встать!», «Сесть!», «Пошли!», «Остановились!»;
- выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений с предметами и без предметов;
- выполнять упражнения в равновесии (ходьба по коридору, стойка на носках);
- ходить по заданным направлениям с сохранением правильной осанки, на носках, на пятках;
- выполнять специальные и коррекционные упражнения, направленные на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения, на развитие физических качеств;

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

КУРСА «Физическая культура»

2 класс, 2018-2019 учебный год 34 урока, 1 урок в неделю

№ п/п	Тема урока	Кол-во уроков	Предметные результаты
1.	История развития физической культуры.	1	Знакомство с историей возникновения ФК
2.	Игра «Запомни порядок».	1	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
3.	Ходьба с сохранением правильной осанки на носках, на пятках.	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
4.	Повороты по ориентирам.	1	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве
5.	Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	1	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве
6.	Выполнение команд «Встать», «Сесть», «Пошли».	1	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение
7.	Строевые упражнения. Игры на внимание.	1	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
8.	Комплекс упражнений с малыми мячами.	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
9.	Упражнения на осанку.	1	Коррекция внимания на основе упражнений на различение

10.	Повороты по ориентирам. Выполнение команд «Налево», «Направо», «Вперёд», «Назад».	1	Коррекция внимания на основе упражнений на различение
11.	Стойка на носках (3-4с).	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
12.	Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе.	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
13.	Строевые упражнения.	1	Коррекция слухового восприятия на основе упражнений в различении
14.	Комплекс упражнений с маленькими мячами.	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
15.	Упражнения на осанку.	1	Коррекция внимания на основе упражнений на различение
16.	Стойка на носках (3-4с).	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
17.	Игра «Запомни порядок».	1	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
18.	Ходьба с сохранением правильной осанки на носках, на пятках.	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
19.	Повороты по ориентирам.	1	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве
20.	Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	1	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве
21.	Выполнение команд «Встать», «Сесть», «Пошли».	1	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение
22.	Строевые упражнения. Игры на внимание.	1	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
23.	Комплекс упражнений с маленькими мячами.	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
24.	Упражнения на осанку.	1	Коррекция внимания на основе упражнений на различение
25.	Стойка на носках (3-4с).	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
26.	Игра «Запомни порядок».	1	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
27.	Ходьба с сохранением правильной осанки на носках, на пятках.	1	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
28.	Повороты по ориентирам.	1	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве

29.	Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	1	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве
30.	Упражнения на осанку.	1	Коррекция внимания на основе упражнений на различение
31.	Строевые упражнения. Игры на внимание.	1	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
32.	Повороты по ориентирам. Выполнение команд «Налево», «Направо», «Вперёд», «Назад».	1	Коррекция внимания на основе упражнений на различение
33.	Игра «Запомни порядок».	1	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
34.	Итоговый урок. Закрепление изученного материала.	1	Обобщение, закрепление знаний о физической культуре

Требования к качеству освоения программного материала

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащийся 2 класса должен:

иметь представление:

- о зарождении древних Олимпийских игр;
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах проведения закаливающих процедур;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

научится

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;

демонстрировать уровень физической подготовленности .

Контрольные упражнения для определения уровня физической подготовленности:

- Прыжок в длину с места;
- Челночный бег 3 x 10 метров;
- Сгибание и разгибание рук в висе (подтягивание) -мальчики; • Сгибание и разгибание рук в упоре лежа -девочки; • Наклон вперед из положения «сидя»;
- Поднимание туловища из положения «лежа на спине» за 30 сек;

УМК:

1.В.И.Лях,А.А.Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов»(М.: Просвещение, 2010г)

2.В.И.Лях «Физическая культура. 1-4 класс»: учеб. для общеобразовательных учреждений.(М.: Просвещение 2016 г)

3 В.И .Лях «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников 1-4 класс: Пособие для учителей (М.: Просвещение 2012г.)

