

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 63 г. Улан-Удэ»

«Рассмотрено»
на заседании МО
Татьяна Гаврилова А.А.
МАОУ «СОШ № 63»
Протокол № 1
от «31» 08 2021 г

«Согласовано»
Зам. директора по УВР
МАОУ «СОШ № 63»
Ц.Ж.Цыренова
от «31» августа 2021 г

«Утверждаю»
Директор МАОУ «СОШ № 63»
Б.Г. Лудупов
от «01» 09 2021 г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

*по физической культуре
для 1 класса
на 2021-2022 учебный год*

Разработали учителя начальных классов:
Гонсоронова С.Б., Гаврилова А.А., Мартынюк М.Н.,
Дымчикова Л.В., Есмуханова Н.С., Бажеева А.С.,
Жамбалова Б-Х.Ж., Ринчино Д.В., Гармаева Л.Н.,
Хамагаева В.Ц., Абашеева Э.В., Аюшеева Х.П.

г. Улан-Удэ
2021 г

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 1 класса составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказы Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (зарегистрировано в Минюсте России 22.12.2009, регистрационный номер 19785) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного стандарта начального общего образования», от 26.11.2010 № 1241 (зарегистрировано в Минюсте России 04.02.2011, регистрационный номер 19707) «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373), (с изменениями и дополнениями);
- Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2014/ 2015 учебный год (приказ Минобрнауки РФ от 31.03.2014г №253;
- Методические рекомендации о ведении третьего часа физической культуры в недельный объем учебной нагрузки обучающихся общеобразовательных учреждений Российской Федерации (Приказ МО и Н РФ № ИК – 1494/19 от 08.10.2010г.);
- Учебного плана МАОУ СОШ № 63 на 2021-2022 учебный год;
- Программы воспитания МАОУ «МАОУ СОШ № 63» на 2021-2022 учебный год.
- Примерной программы «Физическая культура» (автор А. П. Матвеев - М.: Просвещение, 2014), рекомендованной Министерством образования и науки РФ и является адаптированной.

Программа рассчитана на 99 часов в год (3 часа в неделю), 33 недели.

Цели программы по предмету «Физическая культура» 1 класс:

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека и её позитивном влиянии на развитие человека.
- Овладение умениями организовать свою здоровьесберегающую жизнедеятельность.

Задачи программы по предмету «Физическая культура» 1 класс:

- Совершенствовать жизненно-важных умений и навыков в ходьбе, беге, прыжках, лазаньи, метании;
- Обучать физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, лёгкая атлетика, лыжные гонки, а также подвижным играм, входящим в школьную программу;
- Развивать интерес к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом;
- Обучить простейшим способам контроля за физической нагрузкой.

Рабочая программа составлена с учетом реализации Программы воспитания МАОУ «СОШ № 63» на 2021-2022 уч год. Программа воспитания направлена на решение проблем гармоничного вхождения школьников в социальный мир и налаживания ответственных взаимоотношений с окружающими их людьми. В центре программы воспитания МАОУ «СОШ № 63 г. Улан-Удэ» находится

личностное развитие обучающихся в соответствии с ФГОС общего образования, формирование у них системных знаний о различных аспектах развития России и мира. Одним из результатов реализации программы станет приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе.

Программа призвана обеспечить достижение учащимися личностных результатов, указанных во ФГОС: формирование у обучающихся основ российской идентичности; готовность обучающихся к саморазвитию; мотивацию к познанию и обучению; ценностные установки и социальнозначимые качества личности; активное участие в социально-значимой деятельности.

Рабочая программа составлена с учетом дистанционного обучения (во время карантинных мероприятий). Дистанционное обучение может представлять собой получение материалов посредством эл почты, учебных телевизионных программ, использование ресурсов Интернет, различных цифровых образовательных ресурсов.

I. Планируемые результаты освоения учебной программы по курсу «Физическая культура» к концу 1-го года обучения

В области познавательных УУД (общеучебных)

Обучающиеся научатся:

- анализировать и использовать общие приемы решения задач.
- ориентироваться в понятиях: физические качества, сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений. Соблюдать правила поведения на уроке.

Обучающийся получит возможность научиться:

- проявлять свои индивидуальные способности при выполнении физических упражнений.

В области коммуникативных УУД

Обучающиеся научатся:

- включаться в коллективное обсуждение вопросов с учителем и сверстниками;
- формулировать ответы на вопросы;
- употреблять вежливые слова в случае неправоты: «Извини, пожалуйста», «Прости, я не хотел тебя обидеть», «Спасибо за замечание, я его обязательно учту» и пр.;

Обучающийся получит возможность научиться:

- владеть диалогической формой речи.

В области регулятивных УУД (контроль и самоконтроль учебных действий)

Обучающиеся научатся:

- принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

Обучающийся получит возможность научиться:

- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- оценивать степень своего продвижения в освоении учебного материала.

Личностные результаты освоения программы начального общего образования отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе, в том числе в части:

1. Гражданско-патриотического воспитания:

становление ценностного отношения к своей Родине - России;
 осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
 сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
 уважение к своему и другим народам;
 первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

2. Духовно-нравственного воспитания:

признание индивидуальности каждого человека;
 проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
 неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

3. Эстетического воспитания:

уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
 стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

4. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
 бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

5. Трудового воспитания:

осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

6. Экологического воспитания:

бережное отношение к природе;
 неприятие действий, приносящих ей вред.

7. Ценности научного познания:

первоначальные представления о научной картине мира;
 познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

В процессе воспитания у выпускника начальной школы будут достигнуты определенные **личностные результаты**.

- У выпускника начальной школы будет сформировано
- общее представление о мире как многоязычном и поликультурном сообществе;
- осознание себя гражданином своей страны;

II. Содержание учебного предмета (99 ч)

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности). 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).

Раздел «Способы физической деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля. 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.

Раздел «Физическое совершенствование» (физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивно оздоровительная деятельность) ориентирован на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также обще развивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Тема и содержание урока, во время учебного процесса может варьироваться по усмотрению учителя, ориентируясь на уровень физической подготовленности класса; на материально-техническую базу школы; на климатические условия и место проведения урока.

III. Тематическое планирование

№	Название раздела	Количество часов
1	1 четверть	24 ч
2	2 четверть	21 ч
3	3 четверть	30 ч
4	4 четверть	24 ч
Итого:		99 ч

Лист корректировки тематического планирования

Предмет: Физическая культура

Класс: 1 ____

Учитель: _____

2021-2022 учебный год

№ урока	Тема	Количество часов		Причина корректировки	Способ корректировки
		по плану	дано		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575874

Владелец Лудупов Б. Г.

Действителен с 19.04.2021 по 19.04.2022