

**Департамент образования и молодёжной политики  
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры**

**МБОУ "СШ № 5"**

**РАССМОТРЕНО**

на методическом совете  
председатель

\_\_\_\_\_  
С.С.Кондрахина

Протокол №5 от «25» мая  
2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам.директора по УР

\_\_\_\_\_  
С.Н.Галабурда

Протокол №5 от «25» мая 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ "СШ№5"

\_\_\_\_\_  
Н.Н.Флерко

Приказ №466 от «26» мая 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Физическая культура»**

для обучающихся 1Г класса

**г.Нижневартовск 2023**

## Пояснительная записка.

Рабочая программа по «**физической культуре (спортивные игры)**» разработана согласно Закону РФ «Об образовании» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. Программа учебного курса «**физической культуры (спортивные игры)**» для 1 - 4 классов создана на основе авторской программы, созданной группой авторов Синявский Н.И., Власов В.В., Фынтынэ О.А. Программа составлена на основе традиций коренного населения Ханты Мансийского округа. - г. Ханты-Мансийск: Издательство» Институт повышения квалификации и развития регионального образования. 2003. Программа разработана в соответствии с Федеральным компонентом государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего и среднего полного общего образования в области «Физическая культура» и на основании «Рекомендаций об организации образовательного процесса в общеобразовательных организациях ХМАО-Югры (приложение к письму Департамента образования и молодежной политики ХМАО-Югры от 27.08.13 № 10-исх.-7856), приказа Департамента образования и науки ХМАО-Югры от 30.01.07 № 99.

**Учебно-методический комплект, на основе которого реализуется образовательная программа:**

- 1.«Детские подвижные игры народов», пособие для учителя. Сост. А.В. Кенеман под ред. Т.И. Осокиной.-М.: Просвещение, 2008.
- 2.«Поурочные разработки по физической культуре. Игровой подход», В.И.Ковалько: Москва: «ВАКО». Издательство «Учебная литература». 2006.
- 3.«Подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО», 2007.
- 4.«Зимние подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО», 2009.

**Количество учебных часов, на которое рассчитана Рабочая Учебная программа «Физической культуры (спортивные игры)» в учебном плане**

На изучение физической культуры в начальной школе выделяется **405 ч. В 1 классе — 99 ч** (3 ч в неделю, 33 учебные недели). **Во 2—4 классах** на уроки физической культуры отводится по **102 ч** (3 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

**Рабочая программа рассчитана на 33 ч** (1 ч в неделю, 33 учебные недели).

### Планируемые результаты освоения учебного предмета "Физической культуры (спортивные игры)" 1 класс.

В результате изучения курса «физической культуры (спортивные игры)» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

**Универсальными компетенциями** учащихся на этапе начального общего 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;

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

**Личностными результатами** освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

#### **Универсальные компетенции:**

- 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.

#### **Личностные результаты:**

• активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

• проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

• проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

• оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

## **Содержание учебного предмета, курса**

### ***Гимнастика с основами акробатики, национальной борьбы и танцев (5 часов).***

Знакомство с играми. Правила поведения во время игры. Разучивание игры «Снежный ком». Разучивание игры «Вызов номера». Разучивание игры «Удочка». Разучивание игры «Точный расчёт». Разучивание игры «На лугу».

### ***Подвижные игры с элементами легкой атлетики, метания (20 часов)***

Разучивание игры «Пятнашки». Совершенствование игр «Два Мороза». «Точный расчёт». Совершенствование игр «Пятнашки», «Удочка». Совершенствование разученных игр по выбору. Разучивание игры «Бросай, поймай». Совершенствование игры «Бросай, поймай». Разучивание игры «Кто сильнее». Совершенствование игры «Кто сильнее». Разучивание игры «Жмурки». Разучивание игры «Собери ягоды». Совершенствование игры «Жмурки». Разучивание игры

«Солнце». Совершенствование игр «Собери ягоды». Игры по выбору детей. Разучивание игры «Бой медвежат» Совершенствование игры «Бой медвежат». Разучивание игры «Игра с шапкой» Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой». Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой». Совершенствование игр «Игра с шапкой», «Салки с мячом» Разучивание игры «Берегись охотника». Совершенствование игры «Берегись охотника». Разучивание игры «Медведь и ягодники» Совершенствование игр «Берегись охотника». «Медведь и ягодники». Разучивание игры «У медведя во бору».

#### **Подвижные игры на материале метания, лазания и перелазания (8 часов)**

Совершенствование разученных игр по выбору. Игры по выбору детей. Разучивание игры «Третий- лишний». Совершенствование игры «Третий - лишний». Разучивание игры « Ручеёк». Совершенствование игры « Ручеёк». Совершенствование разученных игр по выбору . Игры по выбору детей.

### **СТРУКТУРНАЯ МОДЕЛЬ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ ЗАНЯТИЙ**

Сообщение теоретического материала ориентировано на интегрированный курс «Мы - дети природы». Теоретический материал сообщается в форме беседы перед изучением раздела. Обучающиеся знакомятся с национальными обычаями и традициями народов Севера, с его героико-богатырским эпосом, с историей народных игр, танцев, состязаний, самобытных физических упражнений, национальных видов спорта и национальной борьбы с характерными особенностями традиционных средств закалывания.

Для укрепления здоровья народы Севера применяют естественные факторы закалывания ( воздух, вода, снег, солнце и экстремальные климатические условия), что способствует укреплению здоровья, у детей совершенствуются физические качества, ими осваиваются определённые двигательные действия, у них активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность, взаимовыручка. 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.

### **МЕТОДЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ.**

**Метод опроса** применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий, при обсуждении правил игры. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок.

**Программированный метод** заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами по правилам игры или теоретическому материалу. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями является **метод наблюдения**.

**Игровой метод.** Основу этого метода составляет определенным образом упорядоченная игровая двигательная деятельность в соответствии с образным или условным «сюжетом», в котором предусматривается достижение цели многими дозволенными способами, в условиях постоянного и в значительной мере случайного изменения ситуации.

Игровой метод не обязательно связан с какими-либо общепринятыми играми, он может быть применен на материале любых физических упражнений: бега, прыжков, метаний и т.д.

**Соревновательный метод** - это один из вариантов стимулирования интереса и активизации деятельности, занимающихся с установкой на победу или достижение высокого результата в каком-либо физическом упражнении при соблюдении правил соревнования.

Соревновательный метод используется, либо в элементарных формах, либо в виде полуофициальных и официальных соревнований, которым придается в основном подготовительный характер.

**Тематическое планирование и количество часов, отводимых на освоение темы.**

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы программы</b>	<b>1 класс</b>
<b>1</b>	Гимнастика с основами акробатики, национальной борьбы и танцев	<b>5</b>
<b>2</b>	Подвижные игры с элементами легкой атлетики, метания	<b>20</b>
<b>3</b>	Подвижные игры на материале метания, лазания и перелазания	<b>8</b>
	<b>Итого</b>	<b>33</b>

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока n/n		Тема урока	Количес тво часов	Дата		Приме чание
				План	Факт	
<b>Тема раздела: «Гимнастика с основами акробатики, национальной борьбы и танцев» (5 часов)</b>						
<b>1</b>	<b>1</b>	Правила поведения на спортивной площадке. Разучивание «Бой медвежат».	<b>1</b>	<b>06.09</b>		
<b>2</b>	<b>2</b>	Повторение «Бой медвежат». Разучивание «Кто сильнее»	<b>1</b>	<b>13.09</b>		
<b>3</b>	<b>3</b>	Повторение «Кто сильнее». Разучивание «Переправа».	<b>1</b>	<b>20.09</b>		
<b>4</b>	<b>4</b>	Повторение «Переправа» Разучивание «Извилистая тропа»	<b>1</b>	<b>27.09</b>		
<b>5</b>	<b>5</b>	Повторение «Извилистая тропа» Разучивание «Победи троих»	<b>1</b>	<b>04.10</b>		
<b>Тема раздела: «Подвижные игры с элементами легкой атлетики, метания» (20 часов)</b>						
<b>6</b>	<b>1</b>	Повторение «Победи троих» Разучивание «Самый ловкий»	<b>1</b>	<b>11.10</b>		
<b>7</b>	<b>2</b>	Повторение «Самый ловкий» Разучивание «Догонялки»	<b>1</b>	<b>18.10</b>		
<b>8</b>	<b>3</b>	Совершенствование игр «Пятнашки», «Удочка».	<b>1</b>	<b>25.10</b>		
<b>9</b>	<b>4</b>	Совершенствование разученных игр по выбору.	<b>1</b>	<b>08.11</b>		
<b>10</b>	<b>5</b>	Разучивание игры «Бросай, поймай».	<b>1</b>	<b>15.11</b>		
<b>11</b>	<b>6</b>	Совершенствование игры «Бросай, поймай».	<b>1</b>	<b>22.11</b>		
<b>12</b>	<b>7</b>	Разучивание игры «Кто сильнее».	<b>1</b>	<b>29.11</b>		
<b>13</b>	<b>8</b>	Разучивание игры «Жмурки».	<b>1</b>	<b>07.12</b>		
<b>14</b>	<b>9</b>	Разучивание игры «Собери ягоды». Совершенствование игры «Жмурки».	<b>1</b>	<b>14.12</b>		
<b>15</b>	<b>10</b>	Разучивание игры «Солнце». Совершенствование игры «Собери ягоды».	<b>1</b>	<b>21.12</b>		
<b>16</b>	<b>11</b>	Игры по выбору детей.	<b>1</b>	<b>28.12</b>		
<b>17</b>	<b>12</b>	Разучивание игры «Бой медвежат»	<b>1</b>	<b>10.01</b>		
<b>18</b>	<b>13</b>	Совершенствование игры «Бой медвежат». Разучивание игры «Игра с шапкой»	<b>1</b>	<b>17.01</b>		
<b>19</b>	<b>14</b>	Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».	<b>1</b>	<b>24.01</b>		
<b>20</b>	<b>15</b>	Разучивание игры «Салки с	<b>1</b>	<b>31.01</b>		

		мячом». Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».				
<b>21</b>	<b>16</b>	Совершенствование игр «Игра с шапкой», «Салки с мячом»	<b>1</b>	<b>07.02</b>		
<b>22</b>	<b>17</b>	Разучивание игры «Берегись охотника».	<b>1</b>	<b>21.02</b>		
<b>23</b>	<b>18</b>	Совершенствование игры «Берегись охотника». Разучивание игры «Медведь и ягодыники»	<b>1</b>	<b>28.02</b>		
<b>24</b>	<b>19</b>	Совершенствование игр «Берегись охотника». «Медведь и ягодыники»	<b>1</b>	<b>06.03</b>		
<b>25</b>	<b>20</b>	Разучивание игры «У медведя во бору».	<b>1</b>	<b>13.03</b>		
<b>Тема раздела: «Подвижные игры на материале метания, лазания и перелазания» (8 часов)</b>						
<b>26</b>	<b>1</b>	Совершенствование разученных игр по выбору	<b>1</b>	<b>20.03</b>		
<b>27</b>	<b>2</b>	Игры по выбору детей.	<b>1</b>	<b>03.04</b>		
<b>28</b>	<b>3</b>	Разучивание игры «Третий-лишний»	<b>1</b>	<b>10.04</b>		
<b>29</b>	<b>4</b>	Совершенствование игры «Третий-лишний» .	<b>1</b>	<b>17.04</b>		
<b>30</b>	<b>5</b>	Разучивание игры «Ручеёк» .	<b>1</b>	<b>24.04</b>		
<b>31</b>	<b>6</b>	Совершенствование игры «Ручеёк»	<b>1</b>	<b>01.05</b>		
<b>32</b>	<b>7</b>	Совершенствование разученных игр по выбору .	<b>1</b>	<b>08.05</b>		
<b>33</b>	<b>8</b>	Игры по выбору детей.	<b>1</b>	<b>15.05</b>		

### Лист корректировки рабочей программы

Класс	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту