

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа № 9 «Центр  
образования» г. о. Октябрьск Самарской области

**рассмотрена**

на заседании методического  
объединения  
Протокол № 1  
от «30» 08 2019 г.  
Руководитель МО Мол

**проверена**

Заместитель директора  
по учебно – воспитательной  
работе ГБОУ СОШ №9  
Ar  
И. Н. Аникина  
«30» 08 2019г.

**утверждена**

Директор ГБОУ СОШ №  
Ar  
Л. Г. Белешина  
Приказ № 483/3  
от «30» 08 2019 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### Физическая культура

(учебный предмет)

(индивидуальное обучение)

2 класс

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ
2. Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ СОШ № 9 «ЦО» г.о.Октябрьска Самарской области
3. Примерными программами начального общего образования. В 2 ч. Ч. 1. –М.: Просвещение.; Физическая культура. Лях, В. И.
4. Положением о рабочей программе ОУ.

Рабочая программа по физической культуре рассчитана на 102 часа в год (3 часа в неделю, 34 учебные недели).

По учебному плану для обучения на дому по физической культуре отводится 17 часов ( 0,5 часа в неделю). Для прохождения программного материала в полном объеме , согласно образовательной программе начального общего образования ГБОУ СОШ № 9 «ЦО» г.о.Октябрьска Самарской области

, предусмотрено:

-объединение тем нескольких уроков в один без потери логики подачи материала и выполнения практических работ;

- самостоятельное изучение отдельных тем обучающимся с последующим комментарием (собеседованием) учителя.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА

### 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 усвоение социальной роли обучающего;
- Развитие этнических чувств, доброжелательности и национально-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 безопасных, 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;
- Определение общей цели и путей ее достижения, умения 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 начальными сведениями о сущности и особенностях объектов процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающие существенные связи и отношения между объектами и процессами.

#### **Предметные результаты:**

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и др.);
- 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 ПРЕДМЕТА

### **Легкая атлетика (10ч)**

*Бег:* чередование ходьбы и бега, челночный бег 3х10 м, эстафетный бег, бег из различных исходных положений, с изменением направления движения, бег на 30 м с высокого старта, бег на носках, бег широким шагом, бег в спокойном темпе 2-3 мин.

*Броски* большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

*Метание* малого мяча на дальность из-за головы.

*Прыжки:* на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

### **Подвижные игры (3 ч)**

*На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:* «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

### **Кроссовая подготовка ( 4 ч)**

*Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега. Бег 50 м, 70 м, 100 м.*

*Общеразвивающие физические упражнения* на развитие основных физических качеств (в процессе занятий).

## Тематическое планирование

№/п	Темы	Количество часов
1.	Легкая атлетика	10 часов
2.	Подвижные игры	3 часа

3.	Кроссовая подготовка	4 часа
----	----------------------	--------