




МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА № 23 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРЛОВКА»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО
на заседании методического
объединения учителей
начальных классов
 Е.В.Белая
Протокол от «30» августа
2024 года № 1

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по УВР
 Т.В. Горковенко
« 30 » авг. 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Зам.директора по УВР
ГБОУ «Школа № 23
г.о.Горловка» ДНР
 Т.В. Горковенко
Приказ от «30» авг. 2024 г.
№ 25/1
М.П.

Рабочая программа
учебного предмета «Физическая культура (адаптивная)»
для обучающегося 2 класса
индивидуального обучения на дому с РАС (вариант 8.3)
Чуйко Александра Алексеевича
на 2024-2025 учебный год

Разработала:
Демидова Л.В.

г.Горловка

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной рабочей программе воспитания. Рабочая программа разработана на основе ФГОС НОО, рабочей программой НОО по физической культуре (одобрена решением ФУМО по общему образованию протокол 3/21 от 27.09.2021 г.).

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладной ориентированной направленности. Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности.

2 КЛАСС (17ч)

| № п/п | Содержание тем и разделов | Час | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------|---|-----|---|
| 1 | Знания о физической культуре | 3 | http://spo.1september.ru/urok/ Сайт «Я иду на у физкультуры» |
| 2 | Физическое развитие и его измерение | 9 | http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3 | Занятия по укреплению здоровья | 1 | http://fiskult-ura.ucoz.ru/ |
| 4 | Индивидуальные комплексы утренней зарядки | 2 | http://www.bankportfolio.ru/dir/sajt_uchitelja/fizury/23 |
| 5 | Гимнастика с основами акробатики | 14 | http://collection.edu.ru/ |
| 7 | Легкая атлетика | 14 | http://www.trainer.h1.ru/ |
| 8 | Подвижные игры | 19 | http://www.uroki.net/ |

Знания о физической культуре

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура

Пронумеровано, прошито и скреплено

печатью 3 листов

г. Горловка

Замдиректор  Т. В. Гривовенко

