

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Лицей № 7 г.Усть- Джегуты»

Утверждаю

ПРИНЯТА решением педагогического совета

Приказ № 166/в от 01.09.2022г.

Протокол № 1 от 30.08.2022г.

Директор МБОУ «Лицей №7 г.Усть - Джегуты»

_____/З.М.Чомаева

Рабочая программа

По ФГОС(спортивная карусель) физическая культура

Для 3 классов

срок реализации 2022-2023 учебный год.

Разработана: учителем Байрамуковой Фатимой Османовной

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету физическая культура _составлена в соответствии со следующими основными федеральными нормативными документами:

1. Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (далее – ФГОС начального общего образования);
3. Приказом Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
4. Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 (далее – ФГОС начального общего образования);
5. Приказом Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован 05.07.2021 №64100);
6. Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее-СП 2.4.3648-20);
7. Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания» (далее-СанПин 1.23685-21);
8. Примерной основной образовательной программой начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15);
9. Примерной программы воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 02.06.2020 г. № 2/20)
10. Инструктивно-методическим письмом Министерства образования и науки Карачаево-Черкесской Республики «О формировании учебных планов образовательных организаций КЧР, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021-2022 учебный год» № 4405 от 03.08.2021г.
11. Приказ Министерства просвещения РФ от 20 мая 2020 г. № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации

имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования.

Здоровье – важнейший фактор работоспособности и гармоничного развития человеческого организма, а особенно детского. Понятие здоровья в настоящее время рассматривается не только как отсутствие заболевания, болезненного состояния, физического дефекта, но и состояние полного социального, физического и психического благополучия. Проблема воспитания здорового школьника является в современном мире актуальной, общегосударственной, комплексной. настроения. Ведь не случайно на вопрос о том, что является для человека главным – богатство

Плохое здоровье, болезни, служат причиной отставания в росте, слабой успеваемости, плохого или слава, один из древних философов ответил, что ни богатство, ни слава не делают человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного, но богатого короля.

Изучив вопросы проблемы сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения, ставим следующую цель и задачи образовательной программы.

Цель программы: Формирование основ культуры здоровья у младших школьников.

Задачи программы:

Образовательные: формировать начальные знания в области анатомии, физиологии, гигиены; обучить детей приёмам самоконтроля, саморегуляции, коррекции своего здоровья и самооздоровления с помощью упражнений.

Оздоровительные: укреплять здоровье детей за счёт повышения их двигательной, гигиенической культуры; организовать спортивно-оздоровительные, лечебно-профилактические и досуговые мероприятия, способствующие проявлению положительных эмоций и укреплению психического здоровья.

Развивающие: развивать познавательные, творческие и двигательные способности детей; актуализировать способности детей в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании и побудить их к формированию здоровья собственными силами; содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности обучающихся.

Воспитательные: формировать мотивацию здорового образа жизни, безопасного и гигиенически разумного поведения; воспитывать у детей экологическую, валеологическую культуру и культуру поведения через формирование нравственных, духовных и волевых качеств.

Направление образовательной программы: спортивно-оздоровительное

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа, 1 час в неделю.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 3 класса должны:

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о вредных и полезных привычках;
- о народных играх;
- о различных видах подвижных игр;
- о соблюдении правил игры.

уметь:

- применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;
- играть в подвижные игры;
- применять игры самостоятельно;
- соблюдать правила игры;
- работать в коллективе.

Планируемые результаты освоения программы:

Предполагаемые результаты реализации программы

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о русских народных играх и играх разных народов; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
 - потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
 - этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа
- уважительное отношение к культуре других народов.

Мета предметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;

- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

Формы проведения: викторины, путешествия, тренинги, соревнования, упражнения, игры, спортивные соревнования, тематические праздники, походы и т.д.

3 класс.

1 час в неделю.

Всего –34 часа.

Подвижные игры: «Охотник и утки», «Рыбаки и рыбки», «Тише едешь, дальше будешь», «Запрещенное движение», «Пионербол», «Достань мяч», «Белые медведи», «Охотники и лайки», «Бой петухов», «Мяч в воздухе», «Воробьи и кошка», «Воробьи и вороны», «Зайчики», «Прыгуны», «Один в круге», «Рыбная ловля».

Календарно тематическое планирование

1 час в неделю 34 часа в год .

№п /п	Тема урока	Кол-ва часов	Дата проведение			
			3а класс		3б класс	
			по плану	по факту	по плану	по факту
1	Техника безопасности	1				
2	Разновидности	1				
3	Ходьба, бег	1				
4	Один в круге	1				
5	Лапта	1				
6	Рыбаки и рыбки	1				
7	Тише едешь дальше будешь	1				
8	Пионер бол	1				
9	Достань мяч	1				
10	Белые медведи	1				
11	Рыбная ловля	1				
12	лапта	1				
13	Мяч в воздухе	1				
14	Воробьи и кошка	1				
15	Воробьи и вороны	1				
16	Попади в кольцо	1				
17	Зайчики	1				
18	Кот и мышка	1				
19	Филин пташка	1				
20	Третий лишний	1				
21	футбол	1				
22	Море волнуется	1				
23	Салки	1				
24	Попади в цель	1				
25	Палочка выручалочка	1				
26	Нади себе пару	1				
27	Раз , два ,три- догони	1				
28	Пробежки	1				
29	Попади в кольцо	1				
30	Прыгуны	1				
31	Один в круге	1				
32	Пионер бол	1				
33	Попади в кольцо	1				
34	Футбол	1				
	Итого 34					