

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3»

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 116/3-26-206
От 13.08.2021

Рабочая программа
(адаптированная основная общеобразовательная программа для
обучающихся с задержкой психического развития)
по учебному предмету «Физическая культура»
3 класс

Козловская Н.М,
учитель начальных классов.

Саянск, 2021

Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа составлена на основе Примерной программы основного общего образования по физической культуре (Примерная программа по учебным предметам. Физическая культура. 1-4 классы 4-е изд.- М.:Просвещение, 2014 - 64с.-(Стандарты второго поколения)) и Авторской программы по физической культуре В.И. Ляха (Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников, В. И. Ляха. 1—4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В. И. Лях. — 4-е изд. — М. : Просвещение, 2012.104 с. - ISBN 978-5-09-032931-6.)

Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Цель программы обучения заключается: во всестороннем развитии личности обучающихся в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Задачи программы обучения:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств(настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№ п/п	Тема раздела, урока. Вводный, промежуточный-тематический , итоговый контроль	К-во часов	Дата	Наглядный и дидактический материал
1	Техника безопасности. Влияние физической культуры на здоровье человека	1		
2	Ловля и передача мяча	1		Мяч
3	Ловля и передача мяча	1		Мяч
4-6	Метание малого мяча в цель. Упражнения на правильный захват мяча	3		Мяч
7-9	Броски и ловля мячей. Метание малого мяча с места правой рукой и левой рукой	3	19, 26.10	Мяч
10-12	Переноска предметов (челночный бег)	3		
13	Корректирующие упражнения	1		
14	Корректирующие упражнения	1		

15-16	Закаливание организма. Дневник самоконтроля. Одежда и обувь для занятий на улице в зимний период	2		
17-19	Попеременный двушажный ход	3		
20	Попеременный двушажный ход	1		
21-23	Лазание и перелезание	3		Гимнастическая скамейка
24-27	Элементы акробатики	4		Гимнастический мат
28-29	Подвижные игры: «Запомни порядок», «Летает – не летает», «Слушай сигнал»	2		
30	Подвижные игры с мячом	1		Мяч
31	Влияние физической культуры на здоровье человека	1		
32	Техника быстрой ходьбы	1		
33	Подвижные игры с мячом			Мяч
34	Подвижные игры: «Слушай сигнал»			
Итого за год 34 часа				