

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
УПОРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

 /Ефейкина Г. Г./

от «30» августа 2021г.

«Утверждаю»

Директор МАОУ Упоровская СОШ

 /Медведева Г. П./

Приказ № 130-од «30» августа 2021г.

**АДАптированная рабочая программа**  
по учебному предмету «Физическая культура (подвижные игры)»  
в 4 «а» классе  
на 2021 – 2022 учебный год  
(для учащихся с интеллектуальными нарушениями (вариант 1))

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации . N 1598 от 19 декабря 2014 г. "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.
2. Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования для обучающихся с интеллектуальными нарушениями (вариант 1)
3. Авторская программа Г.А. Ворониной по предмету "Физическая культура" (учебно-методический комплект допущен Министерством образования РФ и соответствует федеральному

компоненту государственных образовательных стандартов начального общего образования).

4. Учебный план МАОУ Упоровская средняя общеобразовательная школа, приказ от 23.06.2021 г. № 109/3 - од

В соответствии с учебным планом МАОУ Упоровская средняя общеобразовательная школа на изучение предмета «Физическая культура» подвижные игры в 4 классе отводится 34 часа (1 час в неделю).

#### **Раздел 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА "Физическая культура" подвижные игры В 4 КЛАССЕ**

- Личностными результатами занятий по физической культуре «Подвижные игры»
- Являются следующие умения
- Оценивать поступки людей.
- Жизненные ситуации с точки зрения
- Общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- Выражать свои эмоции;
- Понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

#### **Метапредметными результатами занятий по физической культуре «Подвижные игры»**

- Является формирование универсальных учебных действий(УУД).

#### **Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

#### **Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

#### **Коммуникативные УУД:**

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

#### **Планируемый результат:**

-у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- сформировано начальное представление о культуре движения;

- младший обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

-обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;

- умение работать в коллективе.

«**Русские народные игры**» Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны. На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

«**Игры народов России**» Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

«**Подвижные игры**» Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«**Эстафеты**» Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	17
2	Эстафеты	10
3	Игры народов России	7
	итого	34

**РАЗДЕЛ 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА « ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ)» В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ В 4 «.....» КЛАССЕ**

№ п/п	Тема урока	Практическая часть	Планируемые результаты		Дата		
			Цели/ знания, умения	ууд	По плану	По факту	
1	Русская народная игра «Огородник» Повторение правил ТБ на улице, игровой площадке.	Знакомство с русскими народными играми. Разучивание правил игры.		Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр .Излагать правила и условия проведения подвижных игр .Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	1 неделя	
2	Русская народная игра «Берёзка»	Разучивание правил игры.		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	2 неделя	
3	Русская народная игра «Узелок»	Разучивание правил игры.		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и умений.	3 неделя	
4	Русская народная игра «Гуси и волк»	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	4 неделя	
5	Русская народная игра «Филин и птички»	Разучивание правил игры.		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	5 неделя	
6	Русская народная игра «Море волнуется»	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.	6 неделя	
7	Русская народная игра «Зайцы в лесу»	Разучивание правил игры		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	7 неделя	

8	Русская народная игра «Казачьи и разбойники» <b>Неделя правовых знаний «Безопасные каникулы».</b>	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.	8 неделя	
9	Русская народная игра «Медведи с цепью»	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	9 неделя	
10	Русская народная игра «Горячее место»	Разучивание правил игры		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	10 неделя	
11	Русская народная игра «День и ночь»	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	11 неделя	
12	Русская народная игра «Коршун»	Разучивание правил игры		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	12 неделя	
13	Русская народная игра «Перебежки»	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании	13 неделя	
14	Русская народная игра «Берегись!»	Разучивание правил игры		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	14 неделя	
15	Русская народная игра «Стоп!» <b>Неделя правовых знаний «Безопасные каникулы».</b>	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Формирование способов позитивного взаимодействия самостоятельная деятельность с учетом требований ее безопасности	15 неделя	
16	Русская народная игра «Пятнашки обыкновенные»	Разучивание правил игры		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	16 неделя	
17	Русская народная игра «Круговые пятнашки» Повторение правил ТБ на улице.	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	17 неделя	
18	Эстафета с обручем «Не споткнись» Повторение правил ТБ в спортзале	Освоение эстафеты как одной из форм подвижных игр.		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании	18 неделя	
19	Эстафета со спорт. Инвентарем «Успей»	Освоение эстафеты как		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и	19 неделя	

	передать»	одной из форм подвижных игр		быстроту и ловкость	группах при разучивании		
20	Эстафета «Гонка с мячом по кругу»	Освоение эстафеты как одной из форм подвижных игр		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании	20 неделя	
21	Эстафета «Успей взять кеглю»	Освоение эстафеты как одной из форм подвижных игр		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании	21 неделя	
22	Эстафета «Бег сороконожек» <b>Неделя правовых знаний «Безопасные каникулы».</b>	Освоение эстафеты как одной из форм подвижных игр		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании	22 неделя	
23	Эстафета «Мяч сквозь обруч»	Освоение эстафеты как одной из форм подвижных игр		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании	23 неделя	
24	Эстафета «Скорый поезд»	Освоение эстафеты как одной из форм подвижных игр		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	24 неделя	
25	Эстафета «Вьюны» <b>Музыкальная зарядка, посвященная всероссийской неделе музыки для детей.</b>	Освоение эстафеты как одной из форм подвижных игр		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	25 неделя	
26	Эстафета со скакалкой	Освоение эстафеты как одной из форм подвижных игр		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	26 неделя	
27	Эстафета «Догонялки» <b>Всемирный день здоровья «Весёлые старты».</b>	Освоение эстафет как одной из форм подвижных игр.		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность,	27 неделя	

28	Башкирская народная игра «Бубенцы»	Разучивание правил игры		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность,	28 неделя	
29	Бурятская народная игра «Котятки»	Разучивание правил игры		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность,	29 неделя	
30	Дагестанская народная игра «Лес, болото, озеро»	Разучивание правил игры		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность,	30 неделя	
31	Марийская народная игра «Колокол»	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека	31 неделя	
32	Татарская народная игра «Хромая уточка»	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	32 неделя	
33	Якутская народная игра «Голуби»	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	33 неделя	
34	Чувашская игра «Займи место» <b>Неделя правовых знаний «Безопасные каникулы».</b>	Разучивание правил игры		Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	34 неделя	