

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МБОУ гимназия № 3 города Ставрополя
имени Героя Советского Союза Леонида Севрюкова

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

И. В. Русина

Протокол № 1

от «29» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Г. В. Шумейко

Протокол № 1

от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор **МБОУ гимназии № 3**

Н. П. Малюченко

Протокол № 1

от «29» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура. Спортивные игры.»
для обучающихся 1 класса

Рабочая программа учебного курса «Спортивные игры» для обучающихся 1 класса составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Учебный курс «Спортивные игры» для обучающихся 1 класса дополняет учебный предмет «Физическая культура» и является третьим часом физической активности.

Рабочая программа учебного курса «Спортивные игры» содержит пояснительную записку, содержание обучения и планируемые результаты.

Пояснительная записка

При создании программы учебного курса «Спортивные игры» учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Программа позволяет применять дифференцированный подход к организации занятий детей с учетом состояния здоровья. Изучение учебного курса «Спортивные игры» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является укрепление и сохранение здоровья школьников, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности и формирование у обучающихся основ здорового образа жизни.

Развивающая ориентация учебного курса «Спортивные игры» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного курса раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы для начального общего образования является системно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности,

представляющей собой основу содержания курса «Спортивные игры». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты за первый класс обучения.

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного курса «Спортивные игры» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- 1) становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- 2) формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- 3) проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- 4) уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- 5) стремление к формированию культуры укрепления и сохранения здоровья, развитию физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладной направленности, формированию основ и соблюдения правил здорового образа жизни;
- 6) проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

Познавательные УУД:

- 1) находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- 2) устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- 3) сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- 4) выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

Коммуникативные УУД:

- 1) воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- 2) высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;

3) правлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;

4) обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

Регулятивные УУД:

1) выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;

2) выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;

3) проявлятьуважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного курса

«Спортивные игры»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

1) соблюдать правила поведения на занятиях, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;

2) выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;

3) анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;

4) демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному; выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;

5) демонстрировать прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;

6) играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью;

7) знать упрощенные правила игры в пионербол.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Формы проведения занятий с обучающими:

2) спортивные игры;

3) соревнования;

4) спортивные праздники.

Общее количество часов, отведённых на изучение курса

«Спортивные игры», в первом классе составляет 33 часа (1 час в неделю).

Содержание учебного курса «Спортивные игры»

1 класс

Знания о физической культуре

Общая характеристика физических качеств: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Развитие игры баскетбол в России. Правила игры. Развитие волейбола в России. Пионербол с элементами игры волейбол. Правила игры.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений

для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки. Подвижные игры на развитие физических качеств.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Правила поведения на занятиях , подбора одежды для занятий в спортивном зале. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Тематическое планирование учебного курса «Спортивные игры» 1 класс

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов	Электронные образовательные ресурсы
1	Модуль «Знания о физической культуре» Общая характеристика физических качеств: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Развитие игры баскетбол в России. Правила игры. Развитие волейбола в России. Пионербол с элементами игры волейбол. Правила игры.	На каждом уроке	https://resh.edu.ru/ http://www.multiurok http://www.GTO.RU
2	Модуль «Лёгкая атлетика» Медленный бег. ОРУ.СУ.	3	https://resh.edu.ru/ http://www.openclass/ ru
3	Модуль «Подвижные игры на развитие физических качеств». ПИ для развития быстроты и силы. ПИ для развития выносливости. ПИ Для развития ловкости. Прыжки через скакалку. ПИ для развития гибкости. Подвижные игры на внимание.	15	https://resh.edu.ru/ http://www.multiurok
4	Модуль «Подвижные игры с элементами спортивных игр» Передачи и ловли мяча на месте. Ведение мяча на месте. Ведения мяча в шаге. Бросок и ловля руками от груди. Подвижные игры. Эстафеты Игра в Пионербол.	15 2 5 2 2 2 2 3	https://resh.edu.ru/ http://www.multiurok
	Итого	33	

**Поурочное планирование по учебному курсу
«Спортивные игры»**

№ п/п	Тема урока
1	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по спортивным играм. Общая характеристика физических качеств: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость.
2	Бег. ОРУ. Передачи и ловли мяча на месте. Подвижная игра «Точная передача».
3	Разминочный бег ОРУ. Передача и ловля мяча на месте в парах. Подвижная игра «Точная передача».
4	Бег. ОРУ. Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами.
5	Передача мяча в парах с места и в движении. Подвижная игра «Перестрелки».
6	Бег. ОРУ. Ведение мяча на месте. Эстафеты. Развитие двигательных качеств.
7	Комбинации передвижений и передач. Подвижная игра «Охотники и утки».
8	Развитие двигательных качеств. Эстафеты с элементами баскетбола.
9	Ведение мяча на месте. Развитие двигательных качеств. Подвижная игра
10	Бег. ОРУ. Техника передвижения с мячом. Развитие двигательных качеств. Подвижная игра
11	Комбинации из элементов передач. Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра
12	Передачи в парах на месте. Развитие двигательных качеств. Подвижные игры
13	Правила игры в Пионербол. Подвижные игры
14	Ведение мяча с разной скоростью. Развитие двигательных качеств. Подвижные игры
15	Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Развитие двигательных качеств. Подвижные игры
16	Подвижные игры на развитие внимания. «Гонка мяча по кругу».
17	Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».
18	Ловля и передача двумя руками от груди. Подвижная игра «Мяч на полу».
19	Подвижные игры «Перестрелки». Передачи через в/л сетку в парах.
20	Правила игры в пионербол. Передача мяча в парах через сетку. Подвижные игры
21	Техника подачи мяча. Подвижные игры «Пионербол».
22	Подвижные игры «Пионербол», «Передача мяча в колоннах».
23	Эстафеты. Ведение мяча приставными шагами.
24	Правила игры в пионербол. Передача мяча через сетку. Подвижные игры «Догонялки».
25	Бег. ОРУ. Развитие двигательных качеств.
26	Ловля двумя руками от груди. Подвижная игра ⁶ «Мяч на полу».
27	Развитие быстроты и силы: Подвижные игры «Догонялки», «Перетягивание в парах».
28	Промежуточная аттестация. Тестирование.
29	Эстафета с предметами, встречные эстафеты. Развитие двигательных качеств.
30	Подвижные игры «Не давай мяч водящему», «Третий лишний». Развитие двигательных качеств
31	Бег. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Мяч на полу». Развитие прыгучести, быстроты, ловкости, внимания.
32	Эстафета с мячами. Развитие двигательных качеств.
33	Правила игры в Пионербол. Игра по упрощенным правилам.
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО УРОКОВ ПО ПРОГРАММЕ: 33	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура.1-4 классы: рабочая программа по учебнику В.И.Ляха/авт.-сост.Р.Р. Хайрутдинов. -Волгоград: Учитель, 2021

Физическая культура. Методические рекомендации. 1—4 классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — 4-е изд. — М. : Просвещение, 2021. — 175 с. — (Школа России).

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/>

<https://infourok.ru/>

http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/01/15/metodicheskoe-posobie-dlya-uchiteley-fizicheskoy-kultury-i>

<http://www.fizkult-ura.ru/>

<https://videouroki.net/>

<https://resh.edu.ru/subject/9/1>

<https://uchi.ru/>