

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Озерская средняя школа им.Д.Тарасова»

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы  Е.М.Юлдашева
Приказ № 32
от 2 июня 2017 года



**АДАптированная образовательная программа
для детей с сахарным диабетом**

по физической культуре, 2 класс.

Рассмотрено на заседании
методического объединения
протокол № 5 от
«29» мая 2017 г.

2017- 2018 учебный год

Пояснительная записка

Преподавание учебного предмета «Физическая культура» в 1-11 классах осуществляется в соответствии с основными нормативными документами и инструктивно-методическими материалами:

- Закон РФ «Об образовании» ст. 32, п. 7.
- Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования по физической культуре, утверждённый приказом Министерства образования РФ от 05.03.2004 г. № 1089.
- Приказ Министерства образования РФ от 27.12.2011 г. № 2885 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2012-2013 учебный год».
- Примерную основную образовательную программу образовательного учреждения (утверждённой Координационным Советом при Департаменте общего образования Министерства образования и науки РФ по вопросам организации введения ФГОС ОО).

Рабочая программа составлена на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич. (М.: Просвещение, 2012. - 9-е изд. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации).

Для прохождения программы по физическому воспитанию во 2 классе в учебном процессе для обучения используется учебник: «Физическая культура 2 классы», под ред. М.Я. Виленского, издательство «Просвещение» 2012 г.

Физическое воспитание — неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы для учащихся с **сахарным диабетом**. Оно направлено на решение образовательных, воспитательных, лечебно-оздоровительных задач.

Цель и задачи:

Общей **целью** образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В соответствии с этим программа своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических задач:

- содействие гармоничному физическому развитию, воспитание ценностной ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;

- дальнейшее развитие координационных способностей;

формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

выработка представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;

углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Специфика учебного предмета

В программе для **2 классов** двигательная деятельность, как учебный предмет, представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивная деятельность. Первая содержательная линия «Физкультурно-оздоровительная деятельность» характеризуется направленностью на укрепление здоровья учащихся и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях физической культурой и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга.

Вторая содержательная линия «Спортивная деятельность» соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся. Занятия физической культурой способствуют созданию максимально благоприятных условий для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка и его самоопределения.

Место учебного предмета в учебном плане.

Курс "Физическая культура" изучается с 1 по 11 класс из расчета 2 часа в неделю. Программа для 2 класса рассчитана на 70 часов при двухразовых занятиях в неделю.

Предметные результаты освоения учебного предмета

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования ФГОС данная рабочая программа для 2 класса направлена на достижение учащимися предметных результатов по физической культуре.

Урочная деятельность, направленная на формирование универсальных учебных действий обеспечивает достижение результатов.

Содержание учебного предмета

Годовой план-график распределения учебного материала по физической культуре во 2 классе (2 часа в неделю)

Разделы программы	1 четверть – 19 часов		
	Количество часов	1-9 урок	10-19 урок
Теоретические сведения	в процессе уроков		
Легкая атлетика.	9	9	
Кроссовая подготовка	6		6
Подвижные игры	4		4
Гимнастика			
Развитие физических способностей	в процессе уроков		
Подвижные игры	в процессе уроков с учётом программного материала		

Разделы программы	2 четверть – 16 час	
	Количество часов	20-35 урок
Теоретические сведения	в процессе уроков	
Легкая атлетика		
Кроссовая подготовка		
Подвижные игры		
Гимнастика	16	16
Развитие физических способностей	в процессе уроков	
Подвижные игры	в процессе уроков с учётом программного материала	

Разделы программы	3 четверть – 20 часов	
	Количество часов	36-55 урок
Теоретические сведения	в процессе уроков	
Легкая атлетика		
Кроссовая подготовка		
Спортивные игры (волейбол, баскетбол)	20	20
Гимнастика		
Развитие физических способностей	в процессе уроков	
Подвижные игры	в процессе уроков с учётом программного материала	

Разделы программы	4 четверть – 15 часов		
	Количество часов	56-65 урок	66-70 урок
Теоретические сведения	в процессе уроков		
Кроссовая подготовка	4	4	
Легкая атлетика (кроссовая подготовка)	6		6
Спортивные игры (баскетбол)	5	5	

Гимнастика			
Развитие физических способностей	в процессе уроков		
Подвижные игры	в процессе уроков с учётом программного материала		

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ урока	Тема урока	Дата	
		план	факт
<u>Легкая атлетика 9 часов.</u>			
1	Ознакомиться с ходьбой и бегом		
2	Совершенствовать ходьбу и бег		
3	Бег на результат 30, 60 м.		
4	Ознакомиться с прыжками		
5	Совершенствовать прыжки		
6	Метание малого мяча		
7	Метание в цель с 4–5 м.		
8	Правильное выполнение движения в метании		
9	Олимпийское движение современности.		
<u>Кроссовая подготовка 6 часов.</u>			
10	Бег 4 мин. Преодоление препятствий.		
11	Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба).		
12	Игра «Волк во рву».		
13	Бег 5 мин.		
14	Бег 5 мин. Преодоление препятствий.		
15	Кросс 1 км.		
<u>Подвижные игры 4 часа.</u>			
16	Игра: «Пустое место».		
17	Игра: «Белые медведи».		
18	Развитие скоростно-силовых способностей		
19	Развитие скоростно-силовых способностей		
<u>Гимнастика 16 часов.</u>			
20	Строевые упражнения		

21	Выполнение команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!».		
22	Стойка на лопатках.		
23	Мост из положения лежа на спине.		
24	Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой.		
25	2–3 кувырка вперед.		
26	Построение в две шеренги.		
27	Перестроение из двух шеренг в два круга.		
28	Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках.		
29	Опорный прыжок.		
30	Лазание, упражнения в равновесии		
31	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой».		
32	Выполнение опорного прыжка		
33	Перелезание через гимнастического коня.		
34	Игра «Посадка картофеля».		
35	Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками.		
<u>Подвижные игры на основе волейбола 17 часов.</u>			
36	Основы волейбола.		
37	Эстафеты с волейбольными мячами.		
38	Игра: «Пустое место».		
39	Игра: «Белые медведи».		
40	Верхняя и нижняя передача мяча двумя руками.		
41	Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
42	Игра в подвижные игры с бегом.		
43	Игра в подвижные игры с прыжками.		
44	Игра в подвижные игры с метанием.		

45	Игра: «Вол во рву».		
<u>Подвижные игры на основе баскетбола 18 часов.</u>			
46	Ловля и передача баскетбольного мяча.		
47	Броски в процессе подвижных игр.		
48	Ведение баскетбольного мяча.		
49	Броски в цель (кольцо, щит).		
50	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках.		
51	Бросок двумя руками от груди.		
52	Игра «Гонка мячей по кругу».		
53	Игра в мини-баскетбол.		
54	Броски в процессе подвижных игр.		
55	Ловля и передача мяча в движении в квадратах.		
<u>Кроссовая подготовка 4 часа.</u>			
56	Бег 4 мин. Преодоление препятствий.		
57	Бег 5 мин.		
58	Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба).		
59	Кросс 1 км. Игра «Гуси-лебеди».		
<u>Легкая атлетика и подвижные игры 11 часов.</u>			
60	Бег на результат 30, 60 м		
61	Совершенствовать ходьбу и бег		
62	Бег на результат.		
63	Игра «Смена сторон».		
64	Ознакомиться с прыжками.		
65	Закрепить прыжки		
66	Совершенствовать прыжки		
67	Ознакомление с метание.		
68	Метание малого мяча		
69	Игра «Мяч ловцу».		
70	Подвижные игры.		

Учебно-методическое и материально –техническое обеспечение образовательного процесса по физической культуре

Оборудование.		
№ п\п	Наименование	Количество
1	Стол учительский одностумбовый	1
2	Стол 2-хтумбовый	1
3	Стул деревянный	3
4	Стул крутящ. Дерев.	2
5	Шкаф 2-хстворчатый без стекла	3
6	Шкаф 4хдверный	1
7	Сейф	1
8	Полки для инвентаря	4
9	Корзина для мусора	1
10	Тренажер для пресса	1
11	Компьютер belinea в комплекте	1
12	Муз. Центр самсунг	1
13	Колонки	2
14	Скамейка гимнастическая	8
15	Маты	20
16	Конь гимнастический	1
17	Козел гимнастический	1
18	Теннисный стол	4
19	Стенка гимнастическая	5
20	Скамейка для раздевалки	10
21	Мостик гимнастический	1
22	Часы шахматные	4
23	Секундомер	2
24	Вешалка	10

Оснащенность.		
№ п\п	Наименование	Количество
1	Табло демонстрационное	2
2	Мяч баскетбольный	29
3	Мяч футбольный	3
4	Мяч резиновый маленький	15
5	Мяч мягкий набивной	2
6	Скакалки	43
7	Обруч металлический	25
8	Обруч пластмассовый	19
9	Коврик гимнастический	36
10	Шашки	9
11	Шахматы	13
12	Шахматная доска	4
13	Шашечные доски картонные	7
14	Дартс	7
15	Ракетки теннисные маленькие	10
16	Фишки большие	8

17	Фишки маленькие	6
18	Мяч волейбольный	20
19	Палатка	1
20	Сетка волейбольная	1
21	Разделительная сетка	1
22	Футбольная сетка	1
23	Мяч теннисный малый	3
24	Граната для метания : 300г, 500 г.	5 9
25	Граната деревянная	1
26	Сетка теннисная	1
27	Гантель металлическая	4
28	Гантель пластмассовая	4
29	Спортивный городок мягкий	1
30	Рулетка	1
31	Колесо для пресса	4
32	футболки	8
33	бадминтон	5
34	Баскетбольные сетки	10

Список используемой литературы.

1. Комплексная программа физического воспитания 1-11 класс, В.И. Лях, А.А. Зданевич, Издательство «Просвещение», 2015 год
2. Нестеровский Д.И., Поляков В.А. Обучение основам техники нападения игры в баскетбол: Учебно-методическое пособие для студентов факультета физической культуры: педагогических вузов, учителей школ и тренеров. – 2-е изд. Доп. и перераб. – Пена, 2003. – 120 с.
3. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002. – 112 с.: ил.
4. 500 игр и эстафет. – Изд. 2-е – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 304 с.: ил. – (Спорт в рисунках)
5. Спортивные игры на уроках физкультуры/ Под общей редакцией О. Листова. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
6. Бергер Г.И., Бергер Ю.Г. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5-9 кл.: Урок физкультуры: Спортивные игры, лыжная подготовка, подвижные игры. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 144 с.
7. Красников А.А. Проблемы общей теории спортивных соревнований. – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 324 с. (Наука – спорту)
8. Физическая культура. Учебник для учащихся 10-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «физическая культура». - М.: СпортАкадемПресс, 2014. -
9. Физическая культура. Учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «физическая культура» М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 174с: ил.
10. Петров В.К. Новые формы физической культуры и спорта.- М.: Советский спорт, 2004. - 40 с.: ил.
11. Настольная книга учителя физкультуры: Справ.-метод. пособие /Сост. Б.И. Мишин.- М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003.- 526, (2) с.- (Настольная книга)
12. Настольная книга учителя физической культуры /Авт.-сост. Г.И.Погадаев; Предисл. В.В.Кузина, Н.Д.Никадрова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, 2000.- 496 с., ил.
- 18 Примерная программа для ДЮСШ, СДЮШОР русская лапта (2010г., М; «Спорт»)