

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
для детей дошкольного и младшего школьного возраста
начальная школа - детский сад с.Бессоновка

Принято

на педагогическом совете
Протокол № 1
от "30" августа 2019г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету "Физическая культура"
2 класс

Ступень обучения: начальное общее образование (1-4 классы)

Составитель: учитель начальных классов Крошечкина С.О.

2019г.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
для детей дошкольного и младшего школьного возраста
начальная школа - детский сад с.Бессоновка

Принято

на педагогическом совете
Протокол № 1
от "30" августа 2019г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету "Физическая культура"
2 класс

Ступень обучения: начальное общее образование (1-4 классы)

Составитель: учитель начальных классов Крошечкина С.О.

2019г.

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
для детей дошкольного и младшего школьного возраста
начальная школа - детский сад с.Бессоновка**

Принято

на педагогическом совете

Протокол № ____

от " 1 " сентября 2019г.

Утверждаю

Директор

С.И. Серебрякова

Приказ № ____ от _____ 2019г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету "Физическая культура"
2 класс**

Ступень обучения: начальное общее образование (1-4 классы)

Составитель: учитель начальных классов Крошечкина С.О.

2019г.

Программа разработана на основе Федерального закона №273 от 29.12.2012 "Об образовании в Российской Федерации, основной образовательной программы начального общего образования, примерной рабочей программы по физической культуре УМК «Школа России», в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. М, «Просвещение», 2011 год, по санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.4.2.2821-10

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

По окончании изучения курса «Физическая культура» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Планируемые результаты

По окончании начальной школы учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях

2. Содержание учебного предмета

Знания о физической культуре- 5 ч.
 Способы физкультурной деятельности -4 ч.
 Физкультурно-оздоровительная деятельность 3 ч.
 Беговая подготовка – 7ч.
 Прыжковая подготовка - 4 ч.
 Броски большого, метание малого мяча – 3ч.
 Подвижные и спортивные игры – 12 часов
 Гимнастика с основами акробатики – 27 часов
 Подвижные игры на основе баскетбола -24 часа
 Легкая атлетика – 13 часов

3. Тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Количество часов
1.	Физическая культура человека	1
2.	Правила ТБ при занятиях физической культурой	1
3.	Зарождение Олимпийских игр	1
4.	Физические качества сила, быстрота, выносливость	1
5.	Физические качества гибкость и равновесие	1
6.	Закаливание	1
7.	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	1
8.	Понятие длины и массы тела	1
9.	Правильная осанка	1
10.	Оздоровительные формы занятий	1
11.	Развитие физических качеств	1
12.	Профилактика утомления	1
13.	Инструктаж по ТБ. Ходьба с преодолением препятствий и по разметкам.	1
14.	Челночный бег.	1
15.	К.р. Бег (30 м).	1
16.	Бег с ускорением (60 м).	1
17.	Равномерный бег (7 мин).	1
18.	Равномерный бег (8 мин).	1
19.	К.р. Бег 1 км без учета времени	1
20.	К.р. Прыжки в длину с места.	1
21.	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов.	1
22.	Прыжок в длину с разбега в 7-9 шагов.	1
23.	Прыжок с высоты(до 40 см).	1
24.	Метание малого мяча в горизонтальную цель	1
25.	Метание малого мяча в вертикальную цель	1
26.	Метание набивного мяча.	1
27.	Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	1
28.	Игры «Прыгуны и пятнашки», «Гуси-лебеди». Эстафеты.	1
29.	Игры «Невод», «Посадка картошки». Эстафеты.	1
30.	Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты.	1
31.	Игра «Веребочка под ногами». Эстафеты.	1
32.	Игра «Вызов номера». Эстафеты.	1
33.	Игры «Западня», «Конники-спортсмены». Эстафеты.	1

34.	Игра «Птица в клетке». Эстафеты.	1
35.	Игра «Салки на одной ноге». Эстафеты.	1
36.	Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты.	1
37.	Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге».	1
38.	Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.	1
39.	Инструктаж по ТБ. Размыкание и смыкание приставными шагами	1
40.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1
41.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам	1
42.	Группировка. Перекаты в группировке	1
43.	Перекаты в группировке из упора стоя на коленях.	1
44.	Упоры, седы, упражнения в группировке	1
45.	Стойка на лопатках	1
46.	Стойка на лопатках, согнув ноги.	1
47.	Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев.	1
48.	Кувырок вперед.	1
49.	Кувырок в сторону.	1
50.	К.р. Акробатическая комбинация	1
51.	Вис стоя и лежа. Игра «Слушай сигнал».	1
52.	Поднимание согнутых и прямых ног в висе	1
53.	Вис на согнутых руках.	1
54.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на бревне.	1
55.	Комбинация на бревне	1
56.	Лазание по канату.	1
57.	Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла	1
58.	Гимнастическая комбинация на низкой перекладине	1
59.	Лазание по наклонной скамейке в упоре присев	1
60.	Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях	1
61.	Подтягивание по наклонной скамейке лежа на животе.	1
62.	Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук.	1
63.	Перелезание через коня, бревно.	1
64.	К.р. Подтягивание в висе на высокой и низкой перекладине	1
65.	Гимнастическая полоса препятствий.	1
66.	Ловля и передача мяча в движении.	1
67.	Ведение мяча на месте.	1
68.	Броски в цель	1
69.	Ведение на месте. Броски в цель.	1
70.	Игра «Попади в обруч».	1
71.	Игра «Передал - садись».	1
72.	Броски в цель. Игра «Передал - садись».	1
73.	Ведение на месте. Игра «Мяч - среднему».	1
74.	Броски в щит	1
75.	Игра «Мяч соседу».	1
76.	Броски в кольцо	1
77.	Развитие координационных способностей	1
78.	Игра «Передача мяча в колоннах».	1
79.	Эстафеты. Развитие координационных способностей	1
80.	Игра в мини-баскетбол.	1
81.	Эстафеты. Игра в мини-баскетбол.	1
82.	Игра «Мяч в корзину». Эстафеты.	1
83.	Ведение мяча в движении. Игра в мини-баскетбол.	1

84.	Ведение мяча в движении. Игра «Мяч в корзину».	1
85.	Ловля и передача, ведение мяча. Броски в цель	1
86.	Ловля и передача мяча. «Школа мяча».	1
87.	Ведение мяча. «Школа мяча».	1
88.	Игра «Гонка мячей по кругу».	1
89.	«Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	1
90.	Челночный бег.	1
91.	К.р. Бег (30 м).	1
92.	Бег (60 м). Подвижная игра «День и ночь».	1
93.	Равномерный бег (7 мин).	1
94.	Равномерный бег (8 мин).	1
95.	К.р. Кросс 1 км без учета времени	1
96.	Игры и эстафеты с бегом на местности.	1
97.	Прыжок с места. Эстафеты.	1
98.	К.р. Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов.	1
99.	Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов.	1
100.	Метание малого мяча в горизонтальную цель	1
101.	К.р. Метание малого мяча на дальность с места	1
102.	Метание малого мяча на дальность отскока	1