

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа пос. Приморский
муниципального района Ставропольский Самарской области

РАССМОТРЕНО На заседании МО учителей- предметников Протокол № <u>1</u> от « <u>30</u> » <u>08</u> 20 <u>17</u> г. Руководитель МО: <i>С. Попова</i>	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по УВР <i>Лапина</i> Лапина Е.Б. « <u>31</u> » <u>08</u> 20 <u>17</u> г.	Утверждаю Директор ГБОУ ООШ п.Приморский приказ № <u>11</u> от « <u>31</u> » <u>09</u> 20 <u>17</u> г. <i>Ширманова</i> Ширманова Н.М.
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**по учебному предмету «Физическая культура»
2 класс**

Срок реализации программы: 2017-2018 учебный год

**Составитель:
Тужилкина
Анастасия Владимировна
учитель физической культуры**

Уровень образования: начальное (основное) общее образование

Количество часов по учебному плану:

Всего - 102 ч/год; 3 ч/ неделю

Программа разработана на основе:

*** Примерной программы начального общего образования по физической культуре для образовательных учреждений с русским языком обучения и программы общеобразовательных учреждений авторов В.И. Ляха, В.Н. Шаулина «Физическая культура. 1-4 класс». Издательство «Просвещение», 2010.**

*** Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373, с изменениями, внесенными приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 №1576.**

Учебник: Лях В.И. Физическая культура. 1-4 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2012.

УМК: «Школа России»

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 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, общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении ролей и функций в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
 - овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, 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 умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты.

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- Знания о физической культуре — выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать, что такое физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля;
- Гимнастика с элементами акробатики— строиться в шеренгу и колонну, выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30 с на скорость, подтягиваться из виса лежа согнувшись, выполнять вис на время, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега, мост, стойку на лопатках, стойку на голове, выполнять вис с завесом одной и двумя ногами на перекладине, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, переворот назад и вперед на гимнастических кольцах, вращение обруча, лазать по гимнастической стенке и перелезть с пролета на пролет, по канату, прыгать со скакалкой и в скакалку, на мячах-хопах, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, с гимнастической палкой, выполнять упражнения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, с малыми мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамейками и на них;
- Легкая атлетика — технике высокого старта, пробегать на скорость дистанцию 30 м с высокого старта, выполнять челночный бег 3 x Юм, беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, метать гимнастическую палку ногой, преодолевать полосу препятствий, выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту спиной вперед, броски набивного мяча от груди, снизу и из-за головы, пробегать 1 км;
- Лыжная подготовка— передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, выполнять повороты

переступанием на лыжах с палками и без них, торможение падением, проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, обгонять друг друга, подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой», а также спускаться в основной стойке, передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»;

Тематическое планирование

Физическая культура. 2 класс

№ п темы (раздела)	Название темы (раздела)	Количество часов
Глава 1.	Раздел программы «Легкая атлетика»	10
Глава 2.	Раздел программы «Подвижные игры»	18
Глава 3.	Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики»	21
Глава 4.	Раздел программы «Лыжная подготовка»	21
Глава 5.	Раздел программы «Подвижные игры» на материале раздела «Спортивные игры».	21
Глава 6.	Раздел программы «Легкая атлетика»	11

Календарно-тематическое планирование

Физическая культура. 2 класс

№ урока	№ урока раздела (темы)	Тема урока	Дата проведения	
			план	ф а к т
Раздел 1 «Легкая атлетика»				
1	1	Как сохранить и укрепить здоровье?		
2	2	Бег коротким, средним и длинным шагом.		
3	3	Бег из разных исходных положений.		
4	4	Высокий старт с последующим ускорением.		
5	5	Челночный бег 3х10м.		
6	6	Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».		
7	7	Равномерный, медленный бег до 4 мин.		
8	8	Прыжки по разметкам. Многоскоки.		
9	9	Прыжки в длину с места. Игра «Пятнашки»		
10	10	Броски большого мяча (1кг.) на дальность разными способами.		
Раздел 2 «Подвижные игры»				
11	1	Игра «К своим флажкам».		
12	2	Игра «Змейка».		
13	3	Игра «Не оступись».		
14	4	Игра «Точно в мишень».		
15	5	Игра «Пятнашки». Комбинированные эстафеты.		
16	6	Игра «Пингвины с мячом».		
17	7	Игра «Бой петухов».		
18	8	Игра «У медведя во бору» Эстафеты с мячом.		
19	9	Игра «Быстро по местам».		
20	10	Эстафеты с обручем. Игра «Совушка».		
21	11	Игра «Рыбки».		
22	12	Игра «Не урони мешочек».		
23	13	Игра «Третий лишний».		
24	14	Игра «Салки-догонялки» Встречная эстафета.		
25	15	Игра «Волк во рву».		
26	16	Игра «Альпинисты».		
27	17	Игра «Кто быстрее».		
28	18	Игра «Через холодный ручей».		
Раздел 3 «Гимнастика с основами акробатики»				
29	1	Построение в шеренгу и в колону. Игра «Становись-разойдись».		
30	2	Размыкание и смыкание в шеренге и колонне на		

		месте. Игра «Смена мест».		
31	3	Перекаты в группировке.		
32	4	Кувырок вперед. Игра «Раки»		
33	5	Совершенствование и закрепление элементов акробатики. Кувырок вперед.		
34	6	Стойка на лопатках согнув ноги, перекат вперед в упор присев.		
35	7	«Мост» из положения лежа на спине. Игра «Петрушка на скамейке»		
36	8	Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов.		
37	9	Закрепление. Акробатическая комбинация.		
38	10	Передвижение по гимнастической стенке.		
39	11	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания.		
40	12	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.		
41	13	Лазание по канату. Игра «Змейка». Выполнение тестовых заданий по разделу гимнастика.		
42	14	Закрепление. Лазание по канату.		
43	15	Передвижения по гимнастическому бревну. Игра «Пройди бесшумно».		
44	16	Упражнения на равновесие.		
45	17	Прыжки со скакалкой. Эстафеты.		
46	18	Танцевальные упражнения.		
47	19	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания.		
48	20	Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.		
49	21	Прыжки со скакалкой. Эстафеты с обручами.		
Раздел 4 «Лыжная подготовка»				
50	1	Передвижение в колонне с лыжами.		
51	2	Передвижение ступающим шагом.		
52	3	Скользящий шаг без палок. Игра «Проехать через ворота».		
53	4	Скользящий шаг без палок. Игра «Проехать через ворота».		
54	5	Скользящий шаг без палок. Игра «Проехать через ворота».		
55	6	Скользящий шаг с палками. Игра «На буксире».		
56	7	Скользящий шаг с палками. Игра «На буксире».		
57	8	Повороты переступанием на месте.		
58	9	Повороты переступанием в движении.		
59	10	Повороты переступанием в движении.		
60	11	Спуски в низкой стойке. Игра «Кто дальше скатится с горки».		
61	12	Спуски в основной стойке. Выполнение тестовых заданий по разделу лыжная подготовка.		
62	13	Подъемы ступающим шагом.		

63	14	Подъемы скользящим шагом.		
64	15	Подъемы скользящим шагом.		
65	16	Подъем и спуски под уклон.		
66	17	Подъем и спуски под уклон.		
67	18	Прохождение на лыжах в режиме умеренной интенсивности.		
68	19	Прохождение на лыжах в режиме умеренной интенсивности.		
69	20	Передвижение на лыжах до 1,5 км.		
70	21	Передвижение на лыжах до 1,5 км		
Раздел 5 «Подвижные игры» на материале раздела «Спортивные игры».				
71	1	Бросок и ловля мяча на месте.		
72	2	Ведение мяча на месте.		
73	3	Ловля мяча на месте и в движении.		
74	4	Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге.		
75	5	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».		
76	6	Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении.		
77	7	Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). Игра «Передай другому»		
78	8	Броски в цель (в кольцо, щит, обруч).		
79	9	Ведение мяча в парах. Игра «У кого меньше мячей»		
80	10	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		
81	11	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		
82	12	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		
83	13	Удар по неподвижному мячу с места.		
84	14	Удар по катящемуся мячу.		
85	15	Удар по мячу с одного – двух шагов.		
86	16	Игра «Точная передача».		
87	17	Игра в мини-футбол по упрощенным правилам.		
88	18	Игра в мини-футбол по упрощенным правилам.		
89	19	Игра «Охотники и утки».		
90	20	Игра «Выстрел в небо».		
91	21	Игра «Брось-поймай».		
Раздел 6 «Легкая атлетика»				
92	1	Ходьба и бег с изменением темпа.		
93	2	Челночный бег 3x10 м. Игра «Мышеловка».		
94	3	Бег 30 м. Игра «Пятнашки» ,бег на скорость.		
95	4	Бег с эстафетной палочкой.		
96	5	Равномерный, медленный бег до 4 мин.		
97	6	Прыжки в длину с места. Игра «Пустое место».		
98	7	Прыжки в длину с разбега. Равномерный, медленный бег.		
99	8	Метание мяча в горизонтальную цель. Эстафеты с мячами.		
100	9	Метание мяча в вертикальную цель. Игра «Точно в мишень».		
101	10	Метание мяча на дальность.		
102	11	Бросок набивного мяча (1 кг.) на дальность.		