**Муниципальное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа с.Звонаревка**

**Марксовского района Саратовской области**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Рассмотрено»**  Руководитель ШМО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/  ФИО  Протокол № \_\_\_  от «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_ г. | **«Согласовано»**  Заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/  ФИО  «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. | **«Утверждаю»**  Директор  МОУ-СОШ с.Звонаревка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/  ФИО  Приказ № \_\_\_  от «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ г. |

Приложение к основной образовательной

программе начального общего образования

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по учебному предмету физическая культура

для обучающихся 2 класса

на 2019-2020 учебный год

Составитель:

Кузьмин Григорий Григорьевич,

учитель физической культуры

первой квалификационной категории

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральныого закона от 29. 12.2012 года №273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», с изменениями от 26.11.2010 г. № 1241, от 22.09.2011 №2357, от 18.12.2012 №1060, от 29.12.2014 № 1643, от 31.12.2015 г. № 1576, от 18.05.2015 № 507;

- Письма Минобранауки России от 28.10.2015 №08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»;

- примерной программы основного общего образования по физической культуре.

Данная рабочая программа ориентирована на использование учебника В.И.Лях

1-4 класс: учебник для учащихся общеобразовательных организаций М.: Просвещение, 2016 -176с.: на изучение физической культуры в 2 классе отводится 3 часа в неделю итого 102 часов за учебный год.

**Планируемые предметные результаты**

В результате освоения курса физической культуры 2 класса учащиеся должны овладеть следующими знаниями, умениями и навыками.

**Универсальные результаты**

Учащиеся научатся:                                                                                                                         - организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

- активно включаться  в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.

Учащиеся получат возможность научиться

- доносить  информацию в доступной, эмоционально-яркой  форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми

**Личностные результаты**

Учащиеся научатся:

- овладевать знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности;

- овладевать знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности;

- планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;

- овладевать умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях по физической культуре

- овладевать навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья, бег на лыжах и др.) различными способами

Учащиеся получат возможность научиться:

- овладевать знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний;

- управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

- проводить туристические пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок;

- приобрести хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

- максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

**Метапредметные результаты:**

Учащиеся научатся:

- понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию целостной личности человека;

- понимать физическую культуру как средство организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения;

- бережно относится к своему здоровью и здоровью окружающих;

- добросовестно выполнять учебные задания, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

- овладевать культурой речи, ведения диалога в доброжелательной форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.

Учащиеся получат возможность научиться:

- рационально планировать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

- понимать культуру движений человека, постигать жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью;

- понимать здоровье как важнейшее условие саморазвития и самореализации человека;

- воспринимать красоту телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами;

- владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности.

**Предметные результаты:**

Учащиеся научатся:

- проявлять знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения;

- проявлять знания основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

- проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой;

- оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

 -организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий;

-  вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать;

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

- регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости);             - выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках;

- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять спуски и торможения на лыжах с полого склона;

- выполнять передвижения на лыжах разными ходами и чередовать их в процессе прохождения тренировочной дистанции;

- выполнять тестовые упражнения для оценки развития основных физических качеств.

Учащиеся получат возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских  игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения;

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья;

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;

- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;

- выполнять тестовые упражнения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

**Содержание учебного предмета**

**Раздел «Знания о физической культуре»** соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека. Включает в себя такие учебные темы как физическое развитие человека, самонаблюдение и самоконтроль, оценка эффективности занятий и техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике упражнений, личная гигиена, предупреждения травматизма и оказание первой помощи при травмах и ушибах, совершенствование физических возможностей, адаптивная физическая культура, профессионально-прикладная физическая подготовка. История возникновения и формирование физической культуры, физическая культура и олимпийское движение в России, возрождение олимпийских игр и олимпийского движения.

**Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности**» содержит знания и основные виды заданий по видам спорта, которые ориентированы на совершенствование физических способностей, развитие двигательных качеств, овладение организаторскими способностями, активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Основным содержанием этих тем является перечень необходимых и достаточных практических навыков и умений.

**Раздел «Физическое совершенствование**», наиболее значительный по объему учебного материала, ориентирован на самостоятельные занятия физическими упражнениями, физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Этот раздел включает в себя занятия массовыми видами спорта: коньки, хоккей, бадминтон, скейтборд, атлетическая гимнастика.

**Формы организации учебных занятий**

 Основные формы организации образовательного процесса в основной школе — уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние занятия). Уроки физической культуры — это основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета. В основной школе уроки физической культуры подразделяются на три типа: уроки с образовательно-познавательной направленностью, уроки с образовательно-обучающей направленностью и уроки с образовательно-тренировочной направленностью. При этом уроки по своим задачам и направленности учебного материала могут планироваться как комплексные и как целевые (самостоятельные занятия, внеклассные мероприятия, спортивные тренировки, соревнования)

**Виды учебной деятельности**

Рассказ

Показ

Выполнение заданий под контролем учителя

Указание ошибок и их исправление

Самостоятельное выполнение заданий

Выполнение заданий на оценку

Спортивные и подвижные игры

**Формы контроля**

наблюдение за деятельностью, самонаблюдение, самоконтроль, устный теоретический опрос, тестирование, участие в соревнованиях; оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью; оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения; измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема урока | Дата  проведения | | Примечание |
| План | Факт |
| 1 | **Легкая атлетика** Инструктаж по ТБ. Бег, прыжок в длину с места. | 02.09 |  |  |
| 2 | Бег на средние, короткие дистанции. 30, 500 метров | 04.09 |  |  |
| 3 | Прыжок в длину с разбега. Бег на средние дистанции. | 05.09 |  |  |
| 4 | Прыжок в длину с разбега. Бег на средние дистанции. | 09.09 |  |  |
| 5 | Эстафетный бег, бег 30, челночный бег. Метание мяча. | 11.09 |  |  |
| 6 | Эстафетный бег, бег 30, челночный бег. Метание мяча. | 12.09 |  |  |
| 7 | Метание мяча | 16.09 |  |  |
| 8 | Бег 30, 500 метров | 18.09 |  |  |
| 9 | **Кроссовая подготовка**. Бег по пересеченной местности преодоление препятствий | 19.09 |  |  |
| 10 | Бег по пересеченной местности преодоление препятствий | 23.09 |  |  |
| 11 | Бег по пересеченной местности преодоление препятствий | 25.09 |  |  |
| 12 | Сдача нормативов «Президентские состязания» бег 30, 1000 метров | 26.09 |  |  |
| 13 | Сдача нормативов «Президентские состязания» подтягивание, отжимание, прыжок в длину с места | 30.09 |  |  |
| 14 | Сдача нормативов «Президентские состязания» подъем туловища, наклон вперед | 02.10 |  |  |
| 15 | **Подвижные игры «**Мяч ловцу» «Охотники и утки» «Летучий мяч» | 04.10 |  |  |
| 16 | «Метко в цель» «Третий лишний» «Кто быстрее» | 07.10 |  |  |
| 17 | «Мышеловка» «Пробей стенку» «Удар за ударом» | 14.10 |  |  |
| 18 | **Баскетбол** Инструктаж по ТБ. Правила игры. Стойка баскетболиста. | 16.10 |  |  |
| 19 | Способы передвижений | 17.10 |  |  |
| 20 | Ведение мяча правой левой рукой на месте | 21.10 |  |  |
| 21 | Остановка прыжком. Повороты с мячом. | 23.10 |  |  |
| 22 | Передача мяча двумя руками с места, в движении. | 24.10 |  |  |
| 23 | Передача мяча двумя руками на месте | 28.10 |  |  |
| 24 | Бросок мяча двумя руками от груди. | 30.10 |  |  |
| 25 | Ведение мяча, броски. | 31.10 |  |  |
| 26 | Ведение мяча, броски. | 06.11 |  |  |
| 27 | Эстафеты с мячами. | 07.11 |  |  |
| 28 | Передача мяча. | 11.11 |  |  |
| 29 | Ведение мяча.  Броски в корзину. | 13.11 |  |  |
| 30 | **Бадминтон**  Хватка бадминтонной ракетки, волана.  Способы перемещения | 14.11 |  |  |
| 31 | Основы техники игры.  Подача. Виды подачи. | 18.11 |  |  |
| 32 | Основы техники игры.  Подача, прием открытой и закрытой стороной ракетки. | 25.11 |  |  |
| 33 | Основы техники игры.  Подача. Виды подачи | 27.11 |  |  |
| 34 | Основы техники игры.  Подача. Виды подачи. | 28.11 |  |  |
| 35 | Основы техники игры.  Подача, прием открытой и закрытой стороной ракетки. | 02.12 |  |  |
| 36 | **Гимнастика** Инструктаж по ТБ. Техника выполнения гимнастических упражнений. | 04.12 |  |  |
| 37 | Висы и упоры. Строевые упражнения | 05.12 |  |  |
| 38 | Висы и упоры. Строевые упражнения | 09.12 |  |  |
| 39 | Лазанье по канату в три приема. Строевые упражнения. | 11.12 |  |  |
| 40 | Лазание и перелазание. | 12.12 |  |  |
| 41 | Лазание и перелазание. | 16.12 |  |  |
| 42 | Лазанье по канату в три приема.  . | 18.12 |  |  |
| 43 | Висы и упоры. | 19.12 |  |  |
| 44 | Перестроение. | 23.12 |  |  |
| 45 | **Акробатика**  Кувырок вперёд, назад Упражнения на гибкость. Эстафеты. | 25.12 |  |  |
| 46 | Кувырки вперед, назад. Стойка на лопатках. | 26.12 |  |  |
| 47 | Кувырки вперед, назад. Стойка на лопатках. «Мост» из положения лежа | 30.12 |  |  |
| 48 | Комбинации  освоенных элементов. | 09.01 |  |  |
| 49 | Акробатическая комбинация. | 13.01 |  |  |
| 50 | Акробатическое соединение из разученных элементов. Гимнастическая полоса препятствий. | 15.01 |  |  |
| 51 | **Лыжная подготовка** Инструктаж по ТБ. Подбор лыжного снаряжения. | 16.01 |  |  |
| 52 | Скользящий шаг ступающий, попеременный двухшажный ход | 20.01 |  |  |
| 53 | Попеременный двухшажный ход. | 22.01 |  |  |
| 54 | Попеременный двухшажный ход. Скользящий шаг. | 23.01 |  |  |
| 55 | Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости. | 27.01 |  |  |
| 56 | Подъем полуелочкой, лесенкой. | 29.01 |  |  |
| 57 | Одновременный бесшажный ход. Спуски. | 30.01 |  |  |
| 58 | Повороты переступанием на месте. | 03.02 |  |  |
| 59 | Повороты переступанием в движении | 05.02 |  |  |
| 60 | Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости. | 06.02 |  |  |
| 61 | Повороты переступанием на мести и в движении | 10.02 |  |  |
| 62 | Подъемы. Спуски. | 12.02 |  |  |
| 63 | Торможение «плугом». | 13.02 |  |  |
| 64 | Спуски со склона в основной стойке. Торможение «плугом» | 17.02 |  |  |
| 65 | Бег на лыжах с применением разученных ходов. | 24.02 |  |  |
| 66 | Спуски со склона в основной стойке. | 26.02 |  |  |
| 67 | Торможение «Плугом» | 27.02 |  |  |
| 68 | Прохождение дистанции до1 км | 02.03 |  |  |
| 69 | Сдача норм ГТО | 04.03 |  |  |
| 70 | Сдача норм ГТО | 05.03 |  |  |
| 71 | Сдача норм ГТО | 09.03 |  |  |
| 72 | **Волейбол** Техника безопасности на занятиях спортивных игр. Правила игры. Стойка игрока. | 11.03 |  |  |
| 73 | Броски мяча через сетку. | 12.03 |  |  |
| 74 | Передача мяча снизу двумя руками на месте. | 16.03 |  |  |
| 75 | Передача мяча снизу двумя руками через сетку | 18.03 |  |  |
| 76 | Передача мяча над собой, через сетку. | 19.03 |  |  |
| 77 | Игры и игровые задания на укороченных площадках. | 23.03 |  |  |
| 78 | Нижняя прямая подача с расстояния 2-4 м от сетки | 25.03 |  |  |
| 79 | Нижняя прямая подача с расстояния 2-4 м от сетки | 26.03 |  |  |
| 80 | Нижняя прямая подача с расстояния 2-4 м от сетки | 30.03 |  |  |
| 81 | **Подвижные игры «**Мяч ловцу» «Охотники и утки» «Летучий мяч» | 01.04 |  |  |
| 82 | «Метко в цель» «Третий лишний» «Кто быстрее» | 02.04 |  |  |
| 83 | «Мышеловка» «Пробей стенку» «Удар за ударом» | 06.04 |  |  |
| 84 | **Футбол** Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек | 13.04 |  |  |
| 85 | Освоение ударов по мячу и остановок мяча | 15.04 |  |  |
| 86 | Овладение техникой ударов по воротам | 16.04 |  |  |
| 87 | Овладение техникой ударов по воротам | 20.04 |  |  |
| 88 | Освоение ударов по мячу и остановок мяча | 22.04 |  |  |
| 89 | Освоение ударов по мячу и остановок мяча | 23.04 |  |  |
| 90 | **Легкая атлетика** Инструктаж по ТБ. Бег, прыжок в длину с места. | 27.04 |  |  |
| 91 | Совершенствование упражнений для развития силы рук | 29.04 |  |  |
| 92 | Метание малого мяча, прыжки в высоту | 30.04 |  |  |
| 93 | Отработка навыков разбега и отталкивания в прыжках в длину | 04.05 |  |  |
| 94 | Прыжки в высоту | 06.05 |  |  |
| 95 | Бег 30, 800 метров | 07.05 |  |  |
| 96 | Метание мяча в цель | 11.05 |  |  |
| 97 | Эстафетный бег.  Метание мяча | 13.05 |  |  |
| 98 | Бег 30 метров  Прыжки в высоту. | 14.05 |  |  |
| 99 | Совершенствование техники бега на 1000 м | 18.05 |  |  |
| 100 | Сдача норм ГТО | 20.05 |  |  |
| 101 | Сдача норм ГТО | 21.05 |  |  |
| 102 | Сдача норм ГТО | 25.05 |  |  |