Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа с. Песчаноозёрка имени Евгения Байлова»

Рассмотрено и рекомендовано МО «<u>AP</u>» <u>августа</u> 2020г. *Тищ* Игнатенко Г.К. Рассмотрено и рекомендовано педагогическим советом « 18» августа 2020 Коваленко Т.В.

Утверждено приказом № 54 « У » августа 2020г.

Директор школы У Левшина В.В.

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса на 2020-2021 учебный год

Учитель: Игнатенко Г.К.

Песчаноозёрка 2020

Пояснительная записка

к рабочей программе по физической культуре 2 класс.

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 2 класса МОУ СОШ с. Песчаноозёрка разработана в соответствии:

- с требованиями ФГОС ООО (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897);
- на основе авторской программы «Физическая культура» Матвеева А.П. «Просвещение» 2011 год, система «Перспектива»;
- на основе приказа об утверждении учебного плана от 20.08.2020 года №52, приказа об утверждении рабочих программ по предметам от 28.08.2020 года №54, приказа об организации учебного процесса в 2020-2021 учебном году, режиме работы школы от 28.08.2020 года №55.

Предмет «Физическая культура» во 2 классе рассчитан на 102 ч, 3 ч в неделю (34 учебных недели).

В соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта общего образования по физической культуре предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью.

В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной учащимися физкультурной деятельности является освоение основ школе общеразвивающей направленностью. Освоение предмета данной деятельности способствует не только активному развитию физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обусловливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

Планируемые 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, угренняя 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.

Обучающиеся научатся:

- 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 культуры 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.

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся II класса должны:

иметь представление:

- о зарождении древних Олимпийских игр;
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах проведения закаливающих процедур;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки.

Обучающиеся получат возможность научиться:

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия.

Содержание учебного предмета (102 часа)

І. Знания о физической культуре (2 часа)

Тематика 1. Возникновение первых спортивных соревнований. История зарождения древних Олимпийских игр.

Требования: иметь представление о зарождении Олимпийских игр;

Тематика 2. Физические упражнения, их отличие от естественных движений.

Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Требования: иметь представление о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;

Тематика 3: Закаливание организма (обтирание).

Требования: иметь представление о правилах проведения закаливающих процедур.

II. Способы физкультурной деятельности (2 часа)

Тематика 1. Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча.

Требования: уметь выполнять комплексы упражнений утренней гимнастики и зарядки под музыку; выполнять упражнения для развития точного метания малого мяча; для развития равновесия.

Тематика 2. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок.

Требования: уметь выполнять и организовывать подвижные игры и физические упражнения во время прогулок.

Тематика 3. проведение закаливающих процедур –

Требования: уметь выполнять закаливающие водные процедуры.

III. Физическое совершенствование (98 часов)

Тематика 1. Γ имнастика c основами акробатики -14ч.

Организующие команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

Требования: Выполнять комплекс упражнений строевой подготовки; выполнять гимнастические и акробатические упражнения; выполнять упражнения для развития равновесия; подтягивание в висе; выполнять опорные прыжки; прыжки через скакалку. *Тематика 2. Легкая атлетика –32 ч.*

Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.

Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

Требования: уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м; выполнять лёгкоатлетические упражнения; правильно выполнять технику прыжка в длину с места; выполнять основные движения в метании; пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать с бегом.

Тематика 3: Подвижные игры – 52 ч.

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами» и др.

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки— желуди— орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка» и др.

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом»,

«Футбольный бильярд», «Бросок ногой» $u \ \partial p$.

Баскетбол: подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол: подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок» и др.

Требования: уметь играть, соблюдать правила безопасности при игре.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Учебно-тематическое планирование

	t ledio lemain leekee manipobanie						
№	Тема	Количест	Контроль и оценка				
Π /		во часов					
П			Контроль	Тесты,	Внутришкол		
			ные	практически	ьный		
			работы	e	мониторинг		
1	Знание о физической культуре	2	-	-	-		
2	Способы физкультурной	2	-	-	-		
	деятельности						
3	Физическое	98	-	-	-		
	совершенствование						

Календарно – тематическое планирование по физической культуре 2 класс

No	Тема урока	Кол-во	Дата		Примечание
п\п	тема урока	часов	план	факт	
1	Вводный урок. Техника безопасности на спортивной площадке. История возникновения ОУ	1	2.09	•	
	Лёгкая атлет	гика Ходьба і	и бег 8 ч.		
2	Техника бега на короткие дистанции	1	4.09		
3	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	7.09		
4	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	9.09		
5	Лёгкая атлетика Ходьба и бег. Развитие лёгкоатлетических качеств	1	11.09		
6	Лёгкая атлетика Ходьба и бег. Развитие лёгкоатлетических качеств	1	14.09		
7	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	16.09		
8	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	18.09		
	Лёгкая атл	іетика Прыж	ки 4 ч.		
9	Лёгкая атлетика Прыжки.	1	21.09		
10	Лёгкая атлетика Прыжки	1	23.09		
11	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	25.09		
12	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	28.09		
		етика Метан			
13	Лёгкая атлетика Метание.	1	30.09		
14	Лёгкая атлетика Метание. Двигательные умения	1	2.10		
15	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	12.10		
16	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	14.10		
	Лёгкая атлетика. 1	Кроссовая по	дготовка 20 ч	•	
17	Лёгкая атлетика Кроссовая подготовка.	1	16.10		

	Лёгкая атлетика			
18	Кроссовая подготовка	1	19.10	
19	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	21.10	
20	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	23.10	
0.1	Лёгкая атлетика	1	26.10	
21	Кроссовая подготовка	1	26.10	
22	Лёгкая атлетика	1	28.10	
22	Кроссовая подготовка	1	28.10	
23	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	30.10	
24	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	2.11	
25	Лёгкая атлетика	1	6.11	
23	Кроссовая подготовка	1	0.11	
	Лёгкая атлетика			
26	Кроссовая подготовка		9.11	
	•	1		
27	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	11.11	
28	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	13.11	
29	Лёгкая атлетика	1	23.11	
	Кроссовая подготовка		25.11	
30	Лёгкая атлетика	1	25.11	
	Развитие основных физических качеств			
31	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	27.11	
32	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	30.11	
33	Лёгкая атлетика	1	2.12	
	Общая физическая подготовка			
34	Лёгкая атлетика	1	4.12	
25	Проверка уровня ФП	1	7.10	
35	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	7.12	
36	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	9.12	
	Подведение итогов	15		
37	Вводный урок. Техника безопасности и правила поведения на	15		
31	•		11.12	
	уроках в спортивном зале.			

	Физические упражнения Основные физические качества.	1		
38	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ	1	14.12	
39	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	1	16.12	
40	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	1	18.12	
41	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков	1	21.12	
42	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Преодоление полосы препятствий.	1	23.12	
43	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ	1	25.12	
44	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника ведения и передачи мяча.	1	28.12	
45	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника ведения и передачи мяча.	1	30.12	
46	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника ведения и передачи мяча.	1	11.01	
47	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника бросков мяча	1	13.01	

48	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника бросков мяча	1	15.01		
49	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ	1	18.01		
50	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ	1	20.01		
	Подведение итогов				
	Вводный урок:				
51	Техника безопасности при выполнении	1	22.01		
	гимнастических упражнений.		22.01		
	Выполнение закаливающих процедур.				
	Гимнастика с основами акробати	ики Акробати		упражнения	[3 4
52	Упражнения на гимнастических снарядах	1	25.01		
~ ~	Гимнастика с основами акробатики	4	27.01		
53	Акробатика. Строевые упражнения	1	27.01		
	Упражнения на гимнастических снарядах				
	Гимнастика с основами акробатики		20.01		
54	Акробатика. Строевые упражнения	1	29.01		
	Упражнения на гимнастических снарядах				
	Гимнастика с основами акроб	атики Висы.		ражнения 4 ч	•
55	Упражнения на гимнастических снарядах.	1	1.02		
	Гимнастика с основами акробатики				
56	Висы. Строевые упражнения	1	3.02		
	Упражнения на гимнастических снарядах				
	Гимнастика с основами акробатики				
57	Висы. Строевые упражнения	1	5.02		
	Упражнения на гимнастических снарядах				
	Гимнастика с основами акробатики				
58	Висы. Строевые упражнения	1	8.02		
	Упражнения на гимнастических снарядах				
	Гимнастика с основами акро	батики Опор		лазание 4 ч.	
59	Упражнения на гимнастических снарядах	1	10.02		
					· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·

	Гимнастика с основами акробатики			
60	Опорный прыжок, лазание	1	12.02	
	Упражнения на гимнастических снарядах	-	12.02	
	Гимнастика с основами акробатики			
61	Опорный прыжок, лазание	1	15.02	
	Упражнения на гимнастических снарядах			
	Гимнастика с основами акробатики			
62	Опорный прыжок, лазание	1	17.02	
	Упражнения на гимнастических снарядах			
	Гимнастика с ос	сновами акро	батики 9 ч.	
63	Упражнения на гимнастическом бревне Упражнения на	1	19.02	
03	гимнастических снарядах	1	15.02	
	Гимнастика с основами акробатики			
64	Упражнения на гимнастическом бревне Упражнения на	1	1.03	
	гимнастических снарядах			
	Гимнастика с основами акробатики.	4	2.02	
65	Упражнения на гимнастическом бревне Упражнения на	1	3.03	
	гимнастических снарядах			
66	Подвижные игры с элементами спортивных игр	1	5.03	
	ВОЛЕЙБОЛ	1	5.03	
67	Подвижные игры с элементами спортивных игр			
07	ВОЛЕЙБОЛ	1	10.03	
68	Подвижные игры с элементами спортивных игр			
	ВОЛЕЙБОЛ	1	12.03	
69	Подвижные игры с элементами спортивных игр		17.00	
	ВОЛЕЙБОЛ	1	15.03	
70	Подвижные игры с элементами спортивных игр			
	ВОЛЕЙБОЛ	1	17.03	
	Подведение итогов			
71	Вводный урок.			
	Техника безопасности на спортивной площадке.	1	19.03	
	Правила поведения на водоёмах			

	Лёгкая атлетика Ходьба и бег 7 ч.						
72	Техника бега на короткие дистанции	1	22.03				
73	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	24.03				
74	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	26.03				
75	Лёгкая атлетика Ходьба и бег. Развитие лёгкоатлетических качеств	1	29.03				
76	Лёгкая атлетика Ходьба и бег. Развитие лёгкоатлетических качеств	1	31.03				
77	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	2.04				
78	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	12.04				
	Лёгкая атло	етика. Прыж	ки 4 ч.				
79	Прыжки Лёгкая атлетика	1	14.04				
80	Лёгкая атлетика Прыжки	1	16.04				
81	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	19.04				
82	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	21.04				
	Лёгкая атл	етика Метан	ие 4 ч.				
83	Лёгкая атлетика Метание.	1	23.04				
84	Лёгкая атлетика Метание. Двигательные умения	1	26.04				
85	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	28.04				
86	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	30.04				

	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка 16 ч.						
87	Лёгкая атлетика Кроссовая подготовка.	1	3.05				
88	Лёгкая атлетика Кроссовая подготовка Эстафетный бег	1	5.05				
89	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	7.05				
90	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	12.05				
91	Лёгкая атлетика Кроссовая подготовка Эстафетный бег	1	14.05				
92	Лёгкая атлетика Кроссовая подготовка	1	17.05				
93	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	19.05				
94	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	21.05				
95	Лёгкая атлетика Техника бега на длинные дистанции	1	24.05				
96	Лёгкая атлетика Кроссовая подготовка	1	26.05				
97	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	28.05				
98	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1					
99	Лёгкая атлетика Кроссовая подготовка	1					
100	Лёгкая атлетика Развитие основных физических качеств	1					
101	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1					

102	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика Подведение итогов	1		
Всего:			97	

В 2020/21 учебном году уроки выпадают на праздничные дни 4.11.2020 года, 8.03, 1.05, 10.05.2021 года , поэтому по факту количество часов 97.