РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, ЕГОРЛЫКСКИЙ РАЙОН, Х.УКРАИНСКИЙ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ НОВО-УКРАИНСКАЯ ОСНОВНАЯ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 14

«Утверждаю»

Приказ от «\_\_»\_\_\_\_20\_\_\_г. №\_\_\_

Директор МБОУ Н-УООШ № 14.

\_\_\_\_\_\_\_ Кривоносова С.И.

МП

Рабочая программа

**по физической культуре**

начальное общее образование **2 класс**

Количество часов: **98 часов**

Учитель начальных классов: Тахмезова Н.В.

**Программа разработана на основе:** «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича – М: Просвещение.2014 г.

х. Украинский

2018-2019 учебный год

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса создана на основе:

* Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ
* Приказа Минобрнауки РФ от 20 августа 2008 года №241 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утверждённые приказом Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 года №1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»;
* Приказа Министерства образования РФ от 05.03.2004 г. №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего полного общего образования»;
* Федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для общеобразовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования РФ от 09.03.2004г. №1312;
* Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО), Приказ Министерства образования и науки РФ № 2357 от 22.09.2011г. «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10. 2009г. № 373.

В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная активность 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.

Физическая культура – это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Учебный предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения – физкультурно – оздоровительными  
мероприятиями в режиме учебного дня физкультминутки и второй половины дня (гимнастика, подвижные игры), внеклассной работой по физической культуре, физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивными праздниками) – достигается  
формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.  
Основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию учебного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно-нравственное, социальное, личностное и  
интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и её влияние на развитие человека.

**Предметом обучения физической культуры** в начальной школе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определённых двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

**Целью**школьного физического воспитания является формирование разносторонне развитой личности , способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих **задач:**

* совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазанье, метании;
* обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
* развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
* формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
* развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
* обучение простейшим способам,  контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

**Предлагаемая программа характеризуется направленностью:**

* + - на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастно-половыми особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
    - на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
    - на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
    - на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
    - на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

В соответствии с Образовательной программой школы, рабочая программа рассчитана на **102 часа** в год при **3 часах** в неделю. В соответствии с годовым календарным графиком МБОУ Н-У ООШ № 14 на 2018-2019 учебный год, наличием выходных и праздничных дней в 2018 – 2019 учебном году **(5 ноября, 8 марта, 1-3, 9-10 мая),** расписанием учебных занятий МБОУ Н-У ООШ № 14 в условиях пятидневной рабочей недели данная программа по физической культуре во 2 классе в 2018– 2019 учебном году будет реализована в объёме 98 часов.

1. **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**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;

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

-проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

-оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

**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.

1. **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

**Содержание тем учебного курса**

***Знания о физической культуре*** Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

***Способы физкультурной деятельности.*** Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

***Гимнастика с основами акробатики*** 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.*:*

***Легкая атлетика***равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 х 10 м, бег с изменением частоты шагов .Метание. *Прыжки:* на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой. Метание: малого мяча на дальность из-за головы

***Подвижные игры***

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

На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).

*На материале раздела «Спортивные игры».*Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой». Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне». Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

1. **КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (98 час)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество**  **часов** | **Дата** | |
| **план** | **факт** |
| **Легкая атлетика. Знания о физической культуре (16 ч)** | | | | |
| 1 | ТБ на уроках физкультуры. Ходьба. Обычный бег. | 1 | 3.09 |  |
| 2-3 | Высокий старт. Низкий старт.  Бег 30 м. | 2 | 5.09  7.09 |  |
| 4 | Возникновение первых спортивных соревнований. | 1 | 10.09 |  |
| 5 | Бег 30 м. | 1 | 12.09 |  |
| 6 | Прыжки в длину с места. | 1 | 14.09 |  |
| 7 | Челночный бег 3х10 м. | 1 | 17.09 |  |
| 8 | Прыжки в длину с разбега. | 1 | 19.09 |  |
| 9 | Наклоны из положения стоя. | 1 | 21.09 |  |
| 10 | Метание мяча. | 1 | 24.09 |  |
| 11 | Прыжки в длину с места. | 1 | 26.09 |  |
| 12 | Прыжки на скакалке. | 1 | 28.09 |  |
| 13 | Метание мяча. | 1 | 1.10 |  |
| 14 | Подтягивание. | 1 | 3.10 |  |
| 15-16 | Бег 30 м. Отжимание.  Игра « Третий лишний». | 2 | 5.10  8.10 |  |
| **Подвижные игры (6 ч)** | | | | |
| 17 | Инструктаж по ТБ. «К своим флажкам» | 1 | 10.10 |  |
| 18 | «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». | 1 | 12.10 |  |
| 19 | «Лисы и куры», «Точный расчет». | 1 | 15.10 |  |
| 20 | «Перестрелка».« Море волнуется …» | 1 | 17.10 |  |
| 21 | « Охотники». «Ночные снайперы». | 1 | 19.10 |  |
| 22 | «Лисы и куры», «Точный расчет». | 1 | 22.10 |  |
| **Спортивная лапта. Знания о физической культуре (6 ч)** | | | | |
| 23 | Инструктаж по ТБ. Игра « Лапта». | 1 | 24.10 |  |
| 24 | Основные физические качества: сила, быстрота, ловкость, равновесие. | 1 | 26.10 |  |
| 25 | Ловля и передача мяча. Игра « Лапта». | 1 | 7.11 |  |
| 26 | Ловля и передача мяча.«Метко в цель» | 1 | 9.11 |  |
| 27 | Физические упражнения, их отличие от естественных движений. | 1 | 12.11 |  |
| 28 | Ловля и передача мяча. Игра « Лапта». | 1 | 14.11 |  |
| **Баскетбол. Знания о физической культуре (13 ч)** | | | | |
| 29 | Появление мяча, упражнений с мячом. | 1 | 16.11 |  |
| 30 | Инструктаж по ТБ. Ведение мяча. | 1 | 19.11 |  |
| 31-32 | Передача мяча двумя руками. « Мяч соседу» | 2 | 21.11  23.11 |  |
| 33-34 | Броски в цель. | 2 | 26.11  28.11 |  |
| 35-36 | Ловля и передача мяча двумя руками из – за головы. | 2 | 30.11  3.12 |  |
| 37 | Броски в цель. « Передал – садись!» | 1 | 5.12 |  |
| 38-39 | Ведение мяча. «Попади в обруч» | 2 | 7.12  10.12 |  |
| 40-41 | Эстафеты с мячами.«Передал – садись!» | 2 | 12.12  14.12 |  |
| **Гимнастика (25 ч)** | | | | |
| 42 | Инструктаж ТБ. Комплекс упражнений для утренней гимнастики. | 1 | 17.12 |  |
| 43 | Строевые упражнения. | 1 | 19.12 |  |
| 44 | Группировка.  Перекаты в группировке. | 1 | 21.12 |  |
| 45-46 | ОРУ с предметами.  Перекаты в группировке. | 2 | 24.12  26.12 |  |
| 47 | Кувырок вперед. Кувырок назад. | 1 | 28.12 |  |
| 48 | Стойка на лопатках. Два кувырка вперед слитно. | 1 | 11.01 |  |
| 49-50 | Упражнения в равновесии.  Стойка на лопатках. | 2 | 14.01  16.01 |  |
| 51-52 | Смешанные висы и упоры. | 2 | 18.01  21.01 |  |
| 53-54 | Мост из положения лежа. Стойка на лопатках. | 2 | 23.01  25.01 |  |
| 55-56 | Мост из положения лежа. Стойка на лопатках | 2 | 28.01  30.01 |  |
| 57-58 | Мост из положения лежа. Стойка на лопатках. Игра «Удочка». | 2 | 1.02  4.02 |  |
| 59-60 | Прыжки с поворотом на 180\* и 360\*. Игра «Медведи и пчелы». | 2 | 6.02  8.02 |  |
| 61-62 | Вращение обруча. Игра «Жмурки» | 2 | 11.02  13.02 |  |
| 63-64 | Прыжки с поворотом на 180\* и 360\*. Игра «Ловля обезьян». | 2 | 15.02  18.02 |  |
| 65-66 | Вращение обруча. Игра «Совушка» | 2 | 20.02  22.02 |  |
| **Подвижные игры (3 ч)** | | | | |
| 67 | Инструктаж по ТБ.  «К своим флажкам», Эстафеты. | 1 | 25.02 |  |
| 68-69 | «Прыгающие воробушки». Эстафеты. | 2 | 27.02  1.03 |  |
| **Настольный теннис. Знания о физической культуре (7 ч)** | | | | |
| 70 | Правила игры в настольный теннис. ТБ. | 1 | 4.03 |  |
| 71 | Набивание мяча на ракетке | 1 | 6.03 |  |
| 72 | Стойка и перемещение игрока. | 1 | 11.03 |  |
| 73 | История зарождения древних Олимпийских игр. | 1 | 13.03 |  |
| 74-75 | Эстафеты с мячами и ракетками. | 2 | 15.03  18.03 |  |
| 76 | Набивание мяча на ракетке. Стойка и перемещение игрока. | 1 | 20.03 |  |
| **Футбол. Знания о физической культуре (11 ч)** | | | | |
| 77 | Инструктаж по ТБ. Правила игры в футбол. | 1 | 22.03 |  |
| 78 | Закаливание организма (обтирание). | 1 | 1.04 |  |
| 79 | Передача мяча. Остановка мяча. | 1 | 3.04 |  |
| 80 | Ведение мяча. Игра « Рывок за мячом» | 1 | 5.04 |  |
| 81 | Удары по мячу ногой. Отбор мяча. Игра « Обгони мяч» | 1 | 8.04 |  |
| 82 | Удары по мячу ногой. Отбор мяча. Игра « Обгони мяч» | 1 | 10.04 |  |
| 83 | Удары по мячу головой.Отбор мяча. | 1 | 12.04 |  |
| 84 | Удары по мячу ногой и головой. Игра « Обгони мяч» | 1 | 15.04 |  |
| 85 | Остановка мяча. Ведение мяча.Финты. | 1 | 17.04 |  |
| 86 | Учебная игра в футбол. | 1 | 19.04 |  |
| 87 | Учебная игра в футбол. | 1 | 22.04 |  |
| **Подвижные игры (2 ч)** | | | | |
| 88 | Инструктаж по ТБ. «К своим флажкам», «Два мороза». | 1 | 24.04 |  |
| 89 | «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде» | 1 | 26.04 |  |
| **Легкая атлетика (9 ч)** | | | | |
| 90 | Разновидности ходьбы. Обычный бег. | 1 | 29.04 |  |
| 91 | Высокий старт. Низкий старт. Бег 30 м. | 1 | 6.05 |  |
| 92 | Челночный бег 3х10 м. Прыжки в длину с разбега. | 1 | 8.05 |  |
| 93 | Строевые упражнения. Разновидности ходьбы. | 1 | 13.05 |  |
| 94 | Метание мяча. Подтягивание. | 1 | 15.05 |  |
| 95 | Бег 300 м. Отжимание. Игра « Третий лишний». | 1 | 17.05 |  |
| 96 | Прыжки в длину с места. Прыжки на скакалке. | 1 | 20.05 |  |
| 97 | Эстафетный бег. Бег к мячам. | 1 | 22.05 |  |
| 98 | Строевые упражнения. Наклоны из положения стоя. | 1 | 24.05 |  |
| **Всего:** | | **98 часов** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Протокол заседания  методического совета  МБОУ Н-УООШ №14  от «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. №\_\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  подпись Ф.И.О. Рук. МС | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УВР  МБОУ Н-УООШ №14  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  подпись Ф.И.О.  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. |