


**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Кунбатарская СОШ им. М.К. Курманалиева»**

<p>«Рассмотрено» Председатель МО  Махмудов Т.З.  Протокол № <u>1</u> от «<u>  </u>» 2020г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР  Байрашева С.А.  « <u>31</u> » <u>август</u> 2020г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МКОУ «Кунбатарская СОШ Им. М.К. Курманалиева»  Бариева Т.С. Приказ № <u>  </u> от «<u>  </u>» <u>  </u> 2020г.</p> 
---	--	---

**Рабочая программа по предмету  
«Физическая культура»  
2 класс  
на 2020-2021 учебный год**

Ф.И.О. учителя: Акмурзаева А.М.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по курсу "Физическая культура" для 2 класса составлена на основе Примерной программы начального общего образования и следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 279-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт <http://минобрнауки.рф/documents/336>;
- Приказ Минобрнауки РФ от 31.12.2015 г «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г № 1897» № 1577;
- Примерная основная образовательная программа начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/115);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- Учебный план образовательного учреждения на 2018/2019 учебный год.

2 класс-68 часов (34 учебные недели-по 2 часа в неделю)

**Целью** школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически 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 образовательных **задач**:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, добровольного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

#### **Знания о физической культуре**

##### **Выпускник научится:**

ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкульт. пауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

##### **Выпускник получит возможность научиться:**

выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

### **Способы физкультурной деятельности**

#### **Выпускник научится:**

отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами; организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками; измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

#### **Выпускник получит возможность научиться:**

вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности; целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств; выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

### **Физическое совершенствование**

#### **Выпускник научится:**

выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы); выполнять организующие строевые команды и приемы; выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно); выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема); выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- плавать, в том числе спортивными способами;
- выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).

Тематическое – планирование по физической культуре во 2 классе

№	Название раздела	Количество часов
1	Легкая атлетика. Подвижные игры	18
2	Баскетбол	6
3	Гимнастика. Подвижные игры	24
4	Волейбол	6
5	Единоборство	2
6	Футбол	6
7	Легкая атлетика. Подвижные игры	6
Итого		68

**Календарно – тематическое планирование по физической культуре  
(2 класс)**

	Кол-во	Дата

№ п/п	Тема урока	часов	проведения	
			план	факт
1	Техника безопасности на уроках.	1		
2	Основные способы передвижения. Различные виды ходьбы	1		
3	Различные виды ходьбы с преодолением 2—3 препятствий	1		
4	Профилактика травматизма. Бег на результат 30 м	1		
5	Зарождение Олимпийских игр.	1		
6	Обычный бег, с изменением направления движения	1		
7	Обычный бег чередование с ходьбой до 150 м	1		
8	Особенности физической культуры разных народов.	1		
9	Метание малого мяча с места на дальность	1		
10	Подвижные игры «Шишки-желуди-орехи»,	1		
11	Метание малого мяча на заданное расстояние	1		
12	Равномерный, медленный бег до 4 мин.	1		
13	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км	1		
14	Прыжки на одной и на двух ногах на месте	1		
15	Подвижные игры «Космонавты», «Мышеловка»	1		
16	Прыжки в длину с места	1		
17	Прыжки в длину с разбега	1		
18	Прыжки с разбега и отталкивания одной ногой	1		
19	Ведение мяча в высокой стойке на месте	1		
20	Ведение мяча, в движении по прямой	1		

21	Броски двумя руками с места		1	
22	Ведение мяча ведущей и не ведущей рукой		1	
23	Вырывание и выбивание мяча		1	
24	Ведение мяча в высокой стойке на месте		1	
25	Размыкание на вытянутые в стороны руки		1	
26	Представления о физических упражнениях.		1	
27	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Перекаты в группировке		1	
28	Что такое физическая нагрузка		1	
29	Перелезание через гимнастического коня		1	
30	Подвижные игры «Что изменилось?»		1	
31	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев		1	
32	Режим дня и его планирование.		1	
33	Наклон вперёд из положения сидя		1	
34	Шаг с прискоком; приставные шаги		1	
35	Подвижные игры «Конники - спортсмены», «Отгадай, чей голос»		1	
36	Шаг с прискоком; шаг галопа в сторону		1	
37	Закаливание и правила проведения процедур.		1	
38	Лазанье по наклонной скамейке стоя на коленях		1	
39	Шаг с прискоком		1	
40	Основная стойка. Построение в колонну по одному и в шеренгу, в круг		1	
41	Подвижные игры		1	
42	Профилактика утомлений. Стойка на носках, на одной ноге		1	

43	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам	1		
44	Подвижные игры «Невод» «Космонавты»	1		
45	Размыкание на вытянутые в сторону руки	1		
46	Шаг галопа в сторону	1		
47	Подвижные игры «Прокати быстрее мяч»,	1		
48	Разучивание физминуток. Построение в шеренгу	1		
49	Подбрасывание мяча	1		
50	Передача мяча	1		
51	Прием мяча	1		
52	Передача мяча	1		
53	Подвижные игры с мячом	1		
54	Прием и передача мяча	1		
55	Стойки и передвижения в стойке	1		
56	Освобождение от захватов	1		
57	Удар по неподвижному мячу	1		
58	Удар по катящемуся мячу	1		
59	Остановка мяча	1		
60	Ведение мяча	1		
61	Остановка мяча	1		
62	Подвижные игры с мячом	1		
63	Метание малого мяча с места на дальность	1		
64	Подвижная игра «Шишки-желуди-орехи»	1		



<b>65</b>	Метание малого мяча на заданное расстояние	1		
<b>66</b>	Подвижные игры «Мышеловка», «Пустое место»	1		
<b>67</b>	Бег на результат 30 м	1		
<b>68</b>	Итоговый урок	1		