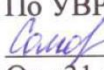


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛИПИЦКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА
ЕВГЕНИЯ ПЕТРОВИЧА ТАРАСОВА»**

СОГЛАСОВАНО
Школьное методическое
объединение
Протокол № 1
От «28» августа 2020г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
По УВР
 К.А.Сомова
От «31 » августа 2020г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Н.Г.Кытманова
Приказ №143 от «1» сентября 2020г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Физическая культура»
для 2 «Г» класса
на 2020-2021 учебный год

(базовый уровень)

Учитель:

с. Липицы
2020г.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ВО 2 КЛАССЕ:

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса составлена на основе Федерального Государственного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО)(приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010г. № 1897), приказа Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015г. №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. №1897»; на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы, авторской программы В.И. Лях «Физическая культура. 1-4 классы», Просвещение», 2019г. Авторская программа предусматривает обучение физической культуре в 1-4 классах в объеме 102 часа в год (3 часа в неделю), что соответствует учебному плану школы.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и усвоение социальной роли обучающего;
- развитие этнических чувств, доброжелательности и национально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 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:

Регулятивные УУД:

- организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности;
- выполнять задания и анализировать технику выполнения упражнений и давать объективную оценку выполнения упражнений;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требования ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.

Познавательные УУД:

- осмыслить технику выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- осознать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений;
- перерабатывать и преобразовывать информацию из одной формы в другую (составлять план, таблицу, схему);
- пользоваться словарями, справочниками;
- осуществлять анализ и синтез;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить рассуждения.

Коммуникативные УУД:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- уметь формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать её и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- уметь устанавливать и сравнивать разные точки зрения прежде, чем принимать решения и делать выборы;
- уметь задавать вопросы необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- уметь объяснять ошибки при выполнении упражнений;

- правильно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами урока,
- владеть специальной терминологией,
- овладеть способами работы в парах и в группах при разучивании упражнений;
- уметь правильно выражать свои мысли, управлять своими эмоциями при общении со сверстниками,
- сохранять сдержанность, рассудительность.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и др.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

В результате изучения учебного предмета «Физическая культура» во втором классе обучающиеся научатся:

- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и 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, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой;
- в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 30 метров из положения высокого старта; в равномерном темпе бегать до 3-5 минут; выполнять с разбега прыжок в высоту и длину, проходить на лыжах дистанцию 1,5 км;
- в метаниях: метать малый мяч с места на дальность; метать малый мяч с места в горизонтальную и вертикальную цель; бросать набивной мяч из положения сидя двумя руками из-за головы на дальность;
- в гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; выполнять акробатическую комбинацию;
- в подвижных играх: играть в подвижные игры, соблюдая правила;
- способы физкультурно-оздоровительной деятельности: выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила безопасности во время выполнения упражнений;
- способы спортивной деятельности: участвовать в школьных соревнованиях;
- правила поведения на уроках физической культуры: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, правила профилактики травматизма и оказания первой помощи, личную гигиену; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

В результате изучения учебного предмета «Физическая культура» во втором классе обучающиеся получают возможность научиться:

- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах;
- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять передвижения на лыжах.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ВО 2 КЛАССЕ (102 часа, 3 часа в неделю).

Знания о физической культуре (в процессе урока)

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Режим дня и личная гигиена. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Способы физкультурной деятельности

Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики (20ч)

Организуемые команды и приемы: перестроение из колонны по одному в колонну по два, из одной шеренги в две, передвижение в колонне по одному на указанные ориентиры; команда «На два (четыре) шага разомкнись!».

Акробатические упражнения: группировка; перекаты в группировке; кувырок вперед; стойка на лопатках согнув ноги; из стойки на лопатках согнув ноги перекат вперед в упор присев; мост.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья; лазанье по наклонной скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками; упражнения на низкой перекладине: в висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног; подтягивание в висе лежа из седа ноги врозь; вис на согнутых руках.

Навыки равновесия: ходьба по гимнастической скамейке; перешагивание через мячи; повороты на 180 градусов.

Легкая атлетика (30 ч)

Бег: с ускорением из разных исходных положений, челночный бег 3х10м, эстафеты с бегом, равномерный, медленный до 3-5мин. Соревнования 30-60м.

Прыжки: с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; с разбега с приземлением на обе ноги, с разбега и отталкивания одной ногой через веревочку (30-40см), с разбега с доставанием подвешенных предметов, через скакалку.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание: малого мяча с места на дальность, в вертикальную цель с расстояния 4-5м, на дальность отскока от стены.

Лыжные гонки (21 ч)

Организуемые команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами. Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом. Повороты переступанием на месте. Подъемы и спуски с небольших склонов. Передвижение на лыжах до 1,5км.

Подвижные игры (14 ч)

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Колдунчики», «Вышибалы», «Через холодный ручей»; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Воробьи-Вороны», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Хвостики», «Ловишка», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача». Баскетбол: ловля мяча в движении; броски в цель (кольцо, щит); ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди,

мяч сзади за головой); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Попади в обруч», «Охотники и утки».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество часов по теме
1.	Знания о физической культуре	в процессе урока
2.	Гимнастика с элементами акробатики	20
3.	Легкая атлетика	30
4.	Лыжная подготовка	21
5.	Подвижные игры	14
6.	Кроссовая подготовка	20
ИТОГО		102

Резервные уроки вместо лыжной подготовки

№	Тема
1.	Техника безопасности на уроках подвижных игр
2.	Игра с мячом «Давайте познакомимся»
3.	Подбрасывание мяча вверх - вперед с последующей ловлей
4.	Броски мяча одной и двумя руками из различных положений в парах
5.	Упражнения на координацию
6.	Броски мяча в стену с ловлей после отскока различными способами
7.	Броски мяча через волейбольную сетку двумя руками с низу с различных расстояний
8.	Броски мяча через волейбольную сетку двумя руками из-за головы с различных расстояний
9.	Эстафеты с мячом
10.	Упражнения с набивными мячами (1 кг)
11.	Подвижная игра «Ловишки с хвостиками» по упрощенным правилам
12.	ОФП

№ урока п/п	Дата по плану	Дата по факту	Наименования разделов/темы уроков	Количество часов
Легкая атлетика (11 часов)				
1			Вводный инструктаж по технике безопасности на легкой атлетике.	
2			Ходьба и бег.	
3			Техника челночного бега.	
4			Тестирование челночного бега 3 x 10м.	
5			Бег на 30 м с высокого старта.	
6			Прыжок в длину с места.	
7			Прыжок в длину с разбега.	
8			Прыжок в длину с разбега.	
9			Техника метания малого мяча на точность.	
10			Техника метания малого мяча в вертикальную цель.	
11			Совершенствование метания малого мяча.	
Кроссовая подготовка (14 часов)				
12			Первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте Кроссовая подготовка.	
13			Беговые упражнения.	
14			Бег по пересеченной местности	
15			Бег по пересеченной местности. Равномерный бег 3 минуты.	
16			Бег по пересеченной местности. Равномерный бег 5 минут.	
17			Когда и как возникли физическая культура и спорт?	
18			Уч. с.8 - 10	
19			Бег по пересеченной местности. Равномерный бег 6 минут.	
20			Чередование ходьбы и бега.	
21			Бег по пересеченной местности. Равномерный бег 7 минут.	
22			Древние Олимпийские игры.	
23			Бег по пересеченной местности. Равномерный бег 8 минут.	
24			Бег по пересеченной местности. Равномерный бег 9 минут.	

25			Первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте Кроссовая подготовка.	
----	--	--	--	--

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Наименования разделов/темы уроков	Количество часов
Гимнастика (21 ч)				
26			Первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте Гимнастика с элементами акробатики.	
27			Кувырок вперёд.	
28			Кувырок вперёд с трёх шагов.	
29			Кувырок вперёд с разбега.	
30			Усложнённые варианты выполнения кувырка вперёд.	
31			Стойка на лопатках, мост.	
32			Круговая тренировка	
33			Стойка на голове.	
34			Лазанье и перелезание.	
35			Различные виды перелезаний.	
36			Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине.	
37			Висы. Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с.	
38			Круговая тренировка	
39			Опорный прыжок, лазанье	
40			Прыжки в скакалку.	
41			Прыжки в скакалку в движении.	
42			Круговая тренировка	
43			Вращение обруча.	
44			Варианты вращения обруча	
45			Подвижные игры.	
46			Подвижные игры с мячом.	

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Наименования разделов/темы уроков	Количество часов
Лыжная подготовка (20 ч)				
47			Первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте. Лыжная подготовка	
48			Подбор, переноска и надевание лыж	
49			Передвижение ступающим шагом без палок.	
50			Передвижение ступающим шагом без палок.	
51			Ступающий шаг на лыжах без палок.	
52			Повороты переступанием на лыжах без палок.	
53			Передвижение ступающим и скользящим шагом без палок.	
54			Передвижение ступающим и скользящим шагом без палок.	
55			Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками.	
56			Торможение падением на лыжах с палками.	
57			Передвижение ступающим и скользящим шагом с палками.	
58			Прохождение дистанции до 1,5 км на лыжах	
59			Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками.	
60			Подъём на склон «полуёлочкой» и спуск на лыжах	
61			Подъём на склон «ёлочкой»	
62			Поворот переступанием на месте.	
63			Поворот переступанием на лыжах с палками и обгон.	
64			Подъемы и спуски под уклон	
65			Передвижение на лыжах змейкой.	
66			Игра «Проехать через ворота	
Подвижные игры (14ч)				

67			Первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте. Подвижные игры.	
68			Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Попади в обруч».	
69			Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Передал – садись».	
70			Броски и ловля мяча в парах.	
71			Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	
72			Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	
73			Эстафеты с мячом	
74			Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	
75			Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Мяч в корзину»	
76			Упражнения и подвижные игры с мячом	
77			Подвижные игра «Вышибалы».	
78			Броски в цель.	
79			Игра в мини-баскетбол.	
80			Ловля и передача мяча в движении. Эстафеты.	

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Наименования разделов/темы уроков	Количество часов
Кроссовая подготовка (6ч)				
81			Первичный инструктаж по ТБ на рабочем месте. Бег по пересеченной местности. Игра «Третий лишний»	
82			Бег по пересеченной местности. Преодоление малых препятствий.	
83			Чередование ходьбы и бега	
84			(бег – 50 м, ходьба – 100 м).	
85			Беговые упражнения.	
86			Тестирование челночного бега	

			3X10 м.	
Лёгкая атлетика (19 часов).				
87			Повторный инструктаж по охране труда на рабочем месте Лёгкая атлетика.	
88			Ходьба и бег. Ходьба по разметкам.	
89			Ходьба с преодолением препятствий. Челночный бег.	
90			Преодоление полосы препятствий	
91			Прыжки.	
92			Прыжки в длину с разбега в 3 – 5 шагов.	
93			Прыжки в высоту с разбега в 4 – 5 шагов.	
94			Метание малого мяча.	
95			Метание малого мяча в вертикальную цель.	
96			Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены.	
97			Подвижные игры на свежем воздухе.	
98-102			Резервные	

Аннотация
к рабочей программе по физической культуре,
реализующая ФГОС начального общего образования,
для 2 класса
(базовый уровень)

Статус документа

Рабочая программа по предмету «Физической культуре» для 2 класса составлена в соответствии с:

- требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО);
- требованиями к результатам освоения основной образовательной программой МБОУ «Липицкая СОШ»; авторской программы В.И. Лях «Физическая культура. 1-4 классы», Просвещение»,

Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

- Учебник для общеобразовательных организаций. М.Я.Виленский, «Физическая культура. 1-4 класс». В. И. Лях, «Физическая культура. 1-4 класс».

В рабочей программе соблюдается преемственность с примерными программами начального общего образования, в том числе и в использовании основных видов учебной деятельности обучающихся.

Место предмета в учебном плане:

Учебный план МБОУ «Липицкая СОШ» г.о Серпухова для обязательного изучения физической культуры в 2 классе предусматривает 102 учебных часа из расчета 3 учебных часа в неделю.

Цели курса:

- формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью.
- формирование у обучающихся представлений о физической культуре как составляющей целостной научной картины мира, ознакомление учащихся с основными положениями науки о физической культуре.
- формирование компетенции детей в области выполнения основных двигательных действий как показателя физической культуры человека.

Задачи курса:

- формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- формирование базовых двигательных навыков и умений, их вариативное использование в игровой деятельности и в самостоятельных занятиях;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий и овладения новыми двигательными действиями с повышенной координационной сложностью;
- расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;
- формирование практических умений и навыков, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах.

Содержание курса 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, знания о человеке, знания об обществе. 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. Программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». Материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

Содержание курса в 2 классе строится на основании деятельностного подхода. При изучении курса «Физическая культура» используются следующие **педагогические технологии**: групповые, игровые, уровневой дифференциации, здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, информационно-коммуникационные.

Формы контроля

Контроль над освоением учебного материала по разделам программы проходит в соответствии с разработанным календарно-тематическим планированием. Оценка успеваемости по физической культуре включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов.

Перечень компонентов учебно-методического комплекта

Для выполнения этой программы рекомендуется следующий учебно-методический комплект:

Программа:

Авторская Программа по физической культуре В.И. Лях «Физическая культура. 1-4 классы», Просвещение», 2019г.

Учебник:

М.Я.Виленский, «Физическая культура. 1-4 класс». В. И. Лях, «Физическая культура. 1-4 класс».

Интернет-ресурсы:

1. www.fcior.edu.ru – Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов.
2. www.school-collection.edu.ru/ - Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов.
3. <http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет
4. <http://www.1september.ru/ru/> - Газета "Первое Сентября" и ее приложения. Информация для педагогов
5. <http://www.it-n.ru/> - Сеть творческих учителей
6. <http://www.fipi.ru> – ФИПИ
7. <http://www.uchportal.ru/> - учительский портал – по предметам – уроки, презентации, внеклассная работа, тесты, планирования, компьютерные программ
8. <http://rosolymp.ru/> - Всероссийская Олимпиада школьников
9. <http://www.zavuch.info/> - Завуч-инфо (методическая библиотека, педагогическая ярмарка, сообщество педагогов, новости...)

Технические средства:

- 1.Проектор
- 2.Компьютер
- 3.Экран.