

**Приложение к ООП НОО МАОУ СОШ № 29**

Рабочая программа  
по физической  
культуре  
( 2 класс - 102 часа)

Учитель физической культуры: Малинова Т.В.  
(первая квалификационная категория)

г. Калининград  
2019 г.

## Рабочая программа по физической культуре для 2-го класса

### 2. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Личностные результаты освоения программы:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

Метапредметные результаты освоения:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Предметные результаты освоения программы:

- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Требуемые результаты освоения предмета:

- 1) 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;
- 2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- 3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

### 2.Содержание учебного предмета, курса.

**Знания о физической культуре.** Из истории физической культуры. Как зародились Олимпийские игры.

**Способы физкультурной деятельности.** Подвижные игры для освоения спортивных игр. Подвижные игры для освоения игры в баскетбол. Подвижные игры для освоения игры в футбол. Закаливание. Физические упражнения. Физическое развитие и физические качества человека. Игры и занятия в зимнее время года.

**Физическое совершенствование.** Комплексы упражнений утренней зарядки. Упражнения и подвижные игры с мячом.

Гимнастика с основами акробатики. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Акробатические комбинации. Висы на низкой перекладине. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания.

**Легкая атлетика.** Беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Броски большого мяча. Метание малого мяча.

**Подвижные игры.** На материале гимнастики с основами акробатики. На

материале легкой атлетики. Подвижные игры разных народов.  
***Спортивные игры.*** Футбол. Баскетбол. Волейбол.

### Содержание внутрипредметного модуля «Игры народов мира».

**Выработка правил подвижной игры.** Понятие, целевые установки, права и обязанности участников. Основные правила подвижных игр.

**Групповые подвижные игры.** Понятие групповой игры. Отличие групповой игры от командной.

**Игры народов мира.** Русские народные игры. Игры мордовского народа. Игры белорусского народа. Игры украинского народа. Игры чувашского народа. Игры азербайджанского народа. Игры калмыцкого народа.

**Командные подвижные игры.** Прыжковые эстафеты. Беговые эстафеты

#### Краткое содержание курса с внутрипредметным модулем

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Кол-во часов		Требования к результатам обучения по темам	Форма контроля
			теор.	прак.		
1.	Раздел I. Основы знаний о физической культуре.				Включает в себя такие учебные темы, как «История физической культуры и ее развитие в современном обществе». «Базовые понятия физической культуры» и «Физическая культура человека».	Тесты, контрольные уроки, соревнования.
2.	Раздел II. Подвижные игры. (элементы спортивных)	24		24	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований Баскетбол: броски, ведение, групповые и командные действия. Волейбол: передачи мяча.	Тесты, контрольные уроки, соревнования.
3.	Раздел III. Гимнастика с элементами акробатики.	20		20	Организующие команды и приёмы. Акробатические упражнения и комбинации.	Тесты, контрольные уроки, соревнования.
4.	Раздел IV. Лёгкая атлетика.	24		24	Беговые упражнения. Метание малого мяча. Бег на короткие и длинные дистанции. Прыжки в длину	Тесты, контрольные уроки, соревнования.
5.	Раздел V. ВПМ: Игры народов мира	34		34	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Тесты, контрольные уроки, соревнования.
	<b>Всего</b>	<b>102</b>		<b>102</b>		

### 3. Поурочное тематическое планирование (2-ой класс) Легкая атлетика (14 ч)

№ урок а	Тема урока	Домашнее задание
1	2	3
1	Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики и спортивных игр. Построение в шеренгу и колонну по одному, команды «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»	Комплекс упражнение №1
2	Повороты направо, налево, переступанием. Бег 30м	Комплекс упражнение №1
3	<b>ВПМ</b> Инструктаж по ТБ во время занятий подвижными играми. Игра; Выстрел в небо.	Комплекс упражнение №1
4	Прыжок в длину с места. Бег до 4 мин. С изменением направления в чередовании с ходьбой.	Комплекс упражнение №1
5	Прыжок в длину с места.	Комплекс упражнение №1
6	<b>ВПМ</b> Подвижная игра «Быстро встань в строй».	Комплекс упражнение №1
7	Прыжок в длину с места. Игра к своим флажкам».	Комплекс упражнение №1
8	Прыжок в длину с места.	Комплекс упражнение №1
9	<b>ВПМ</b> Игра: Удары мяча о пол и ловля его одной рукой.	Комплекс упражнение №1
10	Бег 30м.	Комплекс упражнение №1
11	Перестроение из одной шеренги в две. Метание мяча с места.	Комплекс упражнение №1
12	<b>ВПМ</b> Передача и ловля мяча на месте в парах.	Комплекс упражнение №1
13	Прыжок в длину. Метание малого мяча	Комплекс упражнение №1
14	Прыжок в длину. Метание малого мяча	Комплекс упражнение №1
15	<b>ВПМ</b> Групповые игры. «Карусель», «Совушка».	Комплекс упражнение №1
16	Метание мяча с разбега.	Комплекс упражнение №1

17	Метание мяча с разбега.	Комплекс упражнение №1
18	<b>ВПМ</b> Народные подвижные игры, »Рыбаки и рыбки»	Комплекс упражнение №1
19	Бег 60м	Комплекс упражнение №1
20	Подтягивание на перекладине.	Комплекс упражнение №1
21	<b>ВПМ</b> Эстафета с мячами. Правила игры пионер-бол..	Комплекс упражнение №1
22	Подтягивание на перекладине	Комплекс упражнение №1
23	Подтягивание на перекладине	Комплекс упражнение №1
24	<b>ВПМ</b> Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».	Комплекс упражнение №1
25	Броски большого мяча (1кг) на дальность разными способами	Комплекс упражнение №1
26	Броски большого мяча (1кг) на дальность разными способами. Текущий.	Комплекс упражнение №1
27	<b>ВПМ</b> Эстафета с бегом и прыжками.	Комплекс упражнение №1