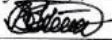

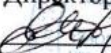


06.04

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЗАОЗЕРНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол № 3
от «27» августа 2019 г.
Руководитель ШМО
 /В.А.Петухов/

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
 /Г.Н. Ляшкова/
от «28» августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «ЗСШ»
 /Е.М.Демидова/
Приказ № 01-16/404
от «28» августа 2019 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учитель Бродский Александр Леонидович

Учебный год 2019 / 2020

Класс 2 А, 2 Б

Название учебного предмета Физическая культура

Количество часов в год 102

Количество часов в неделю 3

Пояснительная записка

Рабочая программа предназначена для обучения физической культуре учащихся 2 классов общеобразовательных учреждений. Программа составлена на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования по физической культуре, рабочая программа разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012).

На изучение предмета «Физическая культура» во 2 классе МБОУ «ЗСШ» отводится 102 часа в год (3 часа в неделю).

1. Планируемые результаты изучения учебного предмета

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373) данная рабочая программа для 2 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты:

формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;

формирование уважительного отношения к культуре других народов;

развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;

развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, 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:

овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

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 начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

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 психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

2. Содержание учебного предмета

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.

Физическое совершенствование

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.

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».

Легкая атлетика

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 180°, по разметкам, через препятствия; в длину с места; со скакалкой.

Подвижные игры 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 «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».

Элементы волейбола: Подбрасывание и подача мяча; 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками из-за головы; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху); передача мяча в парах, на месте; броски мяча из различных исходных положений (сидя, стоя, 1-2-мя руками) эстафеты с мячом; игра в «Пионербол 2-мя мячами», «Снайперы», «Охотники и утки», «Перебежка» и т.д.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств

3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела	Количество часов
1.	ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА	24
2.	КРОССОВАЯ ПОДГОТОВКА	21
3.	ГИМНАСТИКА С ЭЛЕМЕНТАМИ АКРОБАТИКИ	18
4.	ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	15
5.	СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	24
ИТОГО:		102

Календарно-тематическое планирование по физической культуре, 2-А класс.

№ урока	Дата провед ения по плану	Дата фактич еская	ТЕМА УРОКА
Легкая атлетика – 10 ч			
1	03.09.		Вводный урок. Инструктаж по ТБ. Беседа: «Как сохранить и укрепить здоровье?».
2	04.09.		Бег коротким, средним и длинным шагом.
3	07.09.		Бег из разных исходных положений.
4	10.09.		Высокий старт с последующим ускорением.
5	11.09.		Челночный бег 3x10м.
6	14.09.		Прыжки по разметкам. Многоскоки.
7	17.09.		Прыжки в длину с места. Игра «Пятнашки».
8	18.09.		Прыжки в длину с места, толчком двумя ногами.
9	21.09.		Броски большого мяча (1кг.) на дальность разными способами.
10	24.09		Метание в цель.
Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики – 4 ч			
11	25.09		Игра «К своим флажкам».
12	28.09		Игра «Быстро по местам».
13	01.10		Игра «Не оступись».
14	02.10.		Игра «Точно в мишень».
Кроссовая подготовка - 11 ч			
15	05.10.		Инструктаж по ТБ. Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».
16	08.10.		Бег в чередовании с ходьбой 50м.- бег, 50м.-ходьба. ОРУ с предметами.
17	09.10		Медленный бег 400м. Развитие выносливости.
18	12.10.		Равномерный, медленный бег до 3 мин.
19	15.10.		Равномерный бег до 4 мин.
20	16.10.		Равномерный бег до 5 мин.
21	19.10.		Кросс по слабопересеченной местности до 500м.
22	22.10.		Кросс по слабопересечённой местности. Учёт. Эстафеты с прыжками.
23	23.10.		Преодоление полос препятствий. Эстафеты и игры с бегом.
24	26.10.		Бег на выносливость 500м.
Спортивные игры (футбол) - 2 ч			
25	06.11.		Инструктаж по ТБ. Футбол. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места.
26	09.11.		Удары по катящемуся мячу.

Гимнастика с основами акробатики - 9 ч			
27	12.11.		Инструктаж по ТБ. Построение в шеренгу и в колонну. Подтягивание на низкой перекладине.
28	13.11.		Строевые упражнения. Подтягивание на низкой перекладине.
29	16.11.		Размыкание и смыкание в шеренге и колонне на месте. Игра «Смена мест»
30	19.11.		Перекаты в группировке.
31	20.11.		Упор присев, лёжа, стоя на коленях. Наклон вперед, не сгибая ног в коленях. Игра «Раки»
32	23.11.		Сед ноги врозь, сед углом руки за голову. Наклоны. Подтягивания.
33	26.11.		Передвижение по гимнастической стенке.
34	27.11.		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания.
35	30.11.		Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.
Подвижные игры с элементами гимнастики и основами акробатики - 2 ч			
36	03.12.		Эстафеты с обручем. Игра «Совушка».
37	04.12.		Веселые старты. Игра «Не урони мешочек».
Спортивные игры (баскетбол) - 7 ч			
38	07.12.		Инструктаж по ТБ. Бросок и ловля мяча на месте.
39	10.12.		Ведение мяча на месте.
40	11.12.		Ловля мяча на месте и в движении.
41	14.12.		Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге. Ведение мяча в парах. Игра «У кого меньше мячей».
42	17.12.		Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».
43	18.12.		Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении. Ведение мяча по прямой (шагом и бегом).
44	21.12.		Броски в цель (в кольцо, щит, обруч).
Спортивные игры (элементы волейбола) - 3 ч			
45	24.12.		Инструктаж по ТБ. Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача.
46	25.12.		Передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча в парах, на месте и в движении правым (левым) боком.
Гимнастика с основами акробатики - 9 ч			
47			Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов.
48			Закрепление. Акробатическая комбинация.
49			Совершенствование акробатических элементов.
50			Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания.
51			Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

52			Прыжки со скакалкой. Эстафеты с обручами.
53			Передвижение по гимнастической стенке.
54			Упражнения на равновесие.
55			Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.
Подвижные игры с элементами гимнастики и основами акробатики - 9 ч			
56			Игра «Бой петухов».
57			Игра «У медведя во бору». Эстафеты с мячом.
58			Игра «Змейка».
59			Эстафеты с обручем. Игра «Совушка».
60			Игра «Не урони мешочек».
61			Игра «Альпинисты».
62			Игра «Через холодный ручей».
63			Игра «Пройди бесшумно».
64			Игра «Смена мест».
Спортивные игры (баскетбол) – 12 ч			
65			Бросок и ловля мяча на месте.
66			Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге.
67			Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».
68			Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении.
69			Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). Игра «Передай другому».
70			Броски в цель (в кольцо, щит, обруч).
71			Ведение мяча в парах. Игра «У кого меньше мячей».
72			Игра в баскетбол по упрощенным правилам.
73			Ловля мяча на месте и в движении.
74			Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».
75			Передвижения, остановки, повороты с мячом.
76			Игра в баскетбол по упрощенным правилам.
Кроссовая подготовка - 10 ч			
77			Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».
76			Бег в чередовании с ходьбой 50м.- бег, 50м.- ходьба. ОРУ с предметами.
77			Медленный бег 400м. Развитие выносливости.
78			Равномерный, медленный бег до 3 мин.
79			Равномерный бег до 4 мин. Развитие выносливости.
80			Равномерный бег до 5 мин.
81			Кросс по пересеченной местности до 1км.
82			Кросс по пересечённой местности. Учёт. Эстафеты с прыжками.
83			Преодоление полос препятствий. Эстафеты и игры с бегом.

84			Бег на выносливость 1000м.
Легкая атлетика – 11 ч			
85			Ходьба и бег с изменением темпа.
86			Челночный бег 3x10 м. Игра «Мышеловка».
87			Бег 30 м. Игра «Пятнашки», бег на скорость.
88			Бег с эстафетной палочкой.
89			Равномерный, медленный бег до 4 мин.
90			Прыжки в длину с места. Игра «Пустое место».
91			Прыжки в длину с разбега. Равномерный, медленный бег.
92			Метание мяча цель. Эстафеты с мячами.
93			Метание мяча в цель. Игра «Точно в мишень»
94			Метание мяча на дальность.
95			Бросок набивного мяча (1 кг.) на дальность.
96			Игра «Третий лишний»
97			Игра «Волк во рву»
98			Эстафеты с мячами.
99			Эстафеты с мячами.
100			Эстафеты с мячами.
101			Эстафеты с мячами.
102			Эстафеты с мячами.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре, 2-Б класс.

№ урока	Дата проведения по плану	Дата фактическая	ТЕМА УРОКА
Легкая атлетика – 10 ч			
1	03.09.		Вводный урок. Инструктаж по ТБ. Беседа: «Как сохранить и укрепить здоровье?».
2	04.09.		Бег коротким, средним и длинным шагом.
3	07.09.		Бег из разных исходных положений.
4	10.09.		Высокий старт с последующим ускорением.
5	11.09.		Челночный бег 3x10м.
6	14.09.		Прыжки по разметкам. Многоскоки.
7	17.09.		Прыжки в длину с места. Игра «Пятнашки».
8	18.09.		Прыжки в длину с места, толчком двумя ногами.
9	21.09.		Броски большого мяча (1кг.) на дальность разными способами.
10	24.09		Метание в цель.
Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики – 4 ч			
11	25.09		Игра «К своим флажкам».
12	28.09		Игра «Быстро по местам».
13	01.10		Игра «Не оступись».
14	02.10.		Игра «Точно в мишень».
Кроссовая подготовка - 11 ч			
15	05.10.		Инструктаж по ТБ. Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».
16	08.10.		Бег в чередовании с ходьбой 50м.- бег, 50м.-ходьба. ОРУ с предметами.
17	09.10		Медленный бег 400м. Развитие выносливости.
18	12.10.		Равномерный, медленный бег до 3 мин.
19	15.10.		Равномерный бег до 4 мин.
20	16.10.		Равномерный бег до 5 мин.
21	19.10.		Кросс по слабопересеченной местности до 500м.
22	22.10.		Кросс по слабопересечённой местности. Учёт. Эстафеты с прыжками.
23	23.10.		Преодоление полос препятствий. Эстафеты и игры с бегом.
24	26.10.		Бег на выносливость 500м.
Спортивные игры (футбол) - 2 ч			
25	06.11.		Инструктаж по ТБ. Футбол. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места.
26	09.11.		Удары по катящемуся мячу.

Гимнастика с основами акробатики - 9 ч			
27	12.11.		Инструктаж по ТБ. Построение в шеренгу и в колонну. Подтягивание на низкой перекладине.
28	13.11.		Строевые упражнения. Подтягивание на низкой перекладине.
29	16.11.		Размыкание и смыкание в шеренге и колонне на месте. Игра «Смена мест»
30	19.11.		Перекаты в группировке.
31	20.11.		Упор присев, лёжа, стоя на коленях. Наклон вперед, не сгибая ног в коленях. Игра «Раки»
32	23.11.		Сед ноги врозь, сед углом руки за голову. Наклоны. Подтягивания.
33	26.11.		Передвижение по гимнастической стенке.
34	27.11.		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания.
35	30.11.		Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.
Подвижные игры с элементами гимнастики и основами акробатики - 2 ч			
36	03.12.		Эстафеты с обручем. Игра «Совушка».
37	04.12.		Веселые старты. Игра «Не урони мешочек».
Спортивные игры (баскетбол) - 7 ч			
38	07.12.		Инструктаж по ТБ. Бросок и ловля мяча на месте.
39	10.12.		Ведение мяча на месте.
40	11.12.		Ловля мяча на месте и в движении.
41	14.12.		Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге. Ведение мяча в парах. Игра «У кого меньше мячей».
42	17.12.		Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».
43	18.12.		Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении. Ведение мяча по прямой (шагом и бегом).
44	21.12.		Броски в цель (в кольцо, щит, обруч).
Спортивные игры (элементы волейбола) - 3 ч			
45	24.12.		Инструктаж по ТБ. Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача.
46	25.12.		Передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча в парах, на месте и в движении правым (левым) боком.
Гимнастика с основами акробатики - 9 ч			
47			Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов.
48			Закрепление. Акробатическая комбинация.
49			Совершенствование акробатических элементов.
50			Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания.
51			Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

52			Прыжки со скакалкой. Эстафеты с обручами.
53			Передвижение по гимнастической стенке.
54			Упражнения на равновесие.
55			Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.
Подвижные игры с элементами гимнастики и основами акробатики - 9 ч			
56			Игра «Бой петухов».
57			Игра «У медведя во бору». Эстафеты с мячом.
58			Игра «Змейка».
59			Эстафеты с обручем. Игра «Совушка».
60			Игра «Не урони мешочек».
61			Игра «Альпинисты».
62			Игра «Через холодный ручей».
63			Игра «Пройди бесшумно».
64			Игра «Смена мест».
Спортивные игры (баскетбол) – 12 ч			
65			Бросок и ловля мяча на месте.
66			Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге.
67			Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».
68			Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении.
69			Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). Игра «Передай другому».
70			Броски в цель (в кольцо, щит, обруч).
71			Ведение мяча в парах. Игра «У кого меньше мячей».
72			Игра в баскетбол по упрощенным правилам.
73			Ловля мяча на месте и в движении.
74			Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».
75			Передвижения, остановки, повороты с мячом.
76			Игра в баскетбол по упрощенным правилам.
Кроссовая подготовка - 10 ч			
77			Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».
76			Бег в чередовании с ходьбой 50м.- бег, 50м.- ходьба. ОРУ с предметами.
77			Медленный бег 400м. Развитие выносливости.
78			Равномерный, медленный бег до 3 мин.
79			Равномерный бег до 4 мин. Развитие выносливости.
80			Равномерный бег до 5 мин.
81			Кросс по пересеченной местности до 1км.
82			Кросс по пересечённой местности. Учёт. Эстафеты с прыжками.
83			Преодоление полос препятствий. Эстафеты и игры с бегом.

84			Бег на выносливость 1000м.
Легкая атлетика – 11 ч			
85			Ходьба и бег с изменением темпа.
86			Челночный бег 3x10 м. Игра «Мышеловка».
87			Бег 30 м. Игра «Пятнашки», бег на скорость.
88			Бег с эстафетной палочкой.
89			Равномерный, медленный бег до 4 мин.
90			Прыжки в длину с места. Игра «Пустое место».
91			Прыжки в длину с разбега. Равномерный, медленный бег.
92			Метание мяча в цель. Эстафеты с мячами.
93			Метание мяча в цель. Игра «Точно в мишень»
94			Метание мяча на дальность.
95			Бросок набивного мяча (1 кг.) на дальность.
96			Игра «Третий лишний»
97			Игра «Волк во рву»
98			Эстафеты с мячами.
99			Эстафеты с мячами.
100			Эстафеты с мячами.
101			Эстафеты с мячами.
102			Эстафеты с мячами.