

**Рассмотрена и принята**

на заседании педагогического совета Лицея

Протокол от «30» 08. 2017 г. №



Утверждаю:  
Директор Лицея

Н.А. Филатчева

Приказ от «31» 08. 2017 г. № 53

**Министерство образования Тульской области**

**Комитет по образованию администрации муниципального образования Щекинский район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей»**

**Рабочая программа**

по предмету физическая культура во 2 классе «б»

Учитель: Барышева Светлана Владимировна

2017/2018 учебный год

## Нормативно-правовая база

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» во 2 классе составлена на основе нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» ФЗ-273 от 29.12.2012г.;
- Порядок организации осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам- образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 №1015;
- Приказа Минобрнауки России от 31 декабря 2015г. №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 года №373»;
- Примерной основной образовательной программы начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15));
- Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373 (с изменениями и дополнениями 26.10.2010; 22.09.2011; 18.12.2012; от 29.12.2014 г.));
- Письмом Минобрнауки РФ «О рабочих программах учебных предметов» о 28.10.2015 г. № 08-1786,
- Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей»,
- Основной образовательной программой начального общего образования,
- Положения об оформлении Рабочей программы муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей»

Рабочая программа составлена на основе авторской программы «Физическая культура» А.П Матвеев.2011 года издания

Рабочая программа по физической культуре соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта, учебному плану Лицея.

Рабочая программа рассчитана на 102 учебных часа ( 3 часа в неделю)

Учебно-методический комплект:

название учебника «Физическая культура» 2 класс

класс 2Б

ФИО авторов: Матвеев А.П.

Издательство: Москва «Просвещение»

год издания 2013

## Содержание

1.Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.....	4
2.Содержание учебного предмета, курса.....	6
3.Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....	8

## **Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса**

### **Знания о физической культуре**

#### **Выпускник научится:**

– ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, 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 учётом 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;

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

– целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

*–выполнять простейшие приёмы 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 приёмы;*

*–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 объёма);

– 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 упрощённым правилам;*

*–выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;*

*–плавать, в том числе спортивными способами;*

*–выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).*

# Содержание учебного предмета, курса

## 2 класс

( 102 часа)

### 1. Знания о физической культуре. (4ч)

Из истории физической культуры.

Как возникли первые соревнования. Понятие «соревнование». Древние соревнования и их целевое назначение. Роль и значение соревнований в воспитании детей у древних народов. Как появились игры с мячом.

Основные причины появления мячей у древних народов. Современные игры с использованием различных по форме мячей.

Как зародились Олимпийские игры. Миф о Геракле. Современные Олимпийские игры, их связь с правилами и традициями древних Олимпийских игр.

### 2. Способы физкультурной деятельности. (6ч)

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Выполнение простейших закаливающих процедур.

Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Измерение длины и массы тела. Определение правильности осанки. Характеристика основных физических качеств: силы, выносливости, гибкости и равновесия. Игры и занятия в зимнее время года. Лыжные гонки. Передвижение на лыжах.

### 3. Физическое совершенствование. (92ч)

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Комплексы упражнений утренней зарядки.

**Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастика с основами акробатики.** Организующие команды и приёмы: строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения: стойка на лопатках, кувырок вперёд. Акробатические комбинации. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы. Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий: разнообразные передвижения с элементами лазанья, перелезания, переползания.

**Лёгкая атлетика.** Беговые упражнения: бег с ускорением, челночный бег. Прыжковые упражнения: прыжок в высоту.

Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание малого мяча на дальность.

**Лыжные гонки.**

**Подвижные игры.**

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию движений.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения для развития выносливости и координации движений.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах; упражнения для развития выносливости и координации движений.

**Спортивные игры.** Футбол: остановка мяча; ведение мяча. Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча. Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча.

Подвижные игры разных народов.

**Общеразвивающие физические упражнения.**

На материале гимнастики с основами акробатики: развитие гибкости, координации движений, формирование осанки, развитие силовых способностей.

На материале лёгкой атлетики: развитие координации движений, быстроты, выносливости, силовых способностей.

На материале лыжных гонок: развитие координации движений, выносливости.

**Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых  
на освоение каждой темы**

№ п\п	Тема	По рабочей программе		
		Кол-во часов	Кол-во к.р.	Кол-во л.р.
1	Знания о физической культуре	4		
2	Способы физкультурной деятельности	6		
3	Физическое совершенствование	92		
	<b>Итого:</b>	102		