

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия № 2»

г. Зарайска Московской области



Рабочая программа по физической культуре
2 класс

Составитель: Макова Наталия Викторовна,
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории

2018 – 2019 учебный год.

Пояснительная записка

Программа по физической культуре для 2 «А» класса разработана на основе авторской программы В.И. Ляха, А.А.Зданевича «Комплексная программа физического воспитания» и в соответствии с основной образовательной программой начального общего образования, учебным планом, годовым календарным графиком МБОУ «Гимназия № 2». Авторской программе соответствует учебник Лях В.И. Физическая культура 1-4 классы: учеб. Для общеобразоват.организаций / В.И. Лях. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2017.

В соответствии с годовым календарным графиком и учебным планом МБОУ «Гимназия № 2» в 2«А» классе на изучение предмета «Физическая культура» отведено 68 часов (34 учебные недели, 2 часа в неделю).

Рабочая программа по физической культуре, составленная на основе авторской программы, реализуется в полном объеме. Изменения в авторскую программу не внесены.

Планируемые результаты по русскому языку соответствуют результатам, предусмотренным в основной образовательной программе начального общего образования МБОУ «Гимназия № 2» и авторской программе.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

У учащихся будут сформированы:

- умение характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- умение определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- умение разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- умение руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- умение руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- умения характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- умения характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;
- умения определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Метапредметные результаты

Познавательные УУД

Учащиеся научатся:

- осознанно строить речевое высказывание в устной форме;
- отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе;
- выполнять правила самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы;
- осмысливать правила игры;
- моделировать, выбирать наиболее эффективные способы решения игровой ситуации;
- осмысливать самостоятельное выполнение упражнений в оздоровительных формах занятий;
- осознавать важность физических нагрузки для развития основных физических качеств.

Учащиеся получат возможность научиться:

- осмыслить умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств;
- осознавать важности самостоятельного выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз;
- осознавать важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений;
- осмыслить правила безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций;
- осмысливать, объяснять свой двигательный опыт;
- осмысливать технику выполнения разучиваемых заданий и упражнений.

Регулятивные УУД

Учащиеся научатся:

- принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- решать проблемы творческого и поискового характера;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- выполнять задание в соответствии с поставленной целью;

- владеть логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.

Учащиеся получают возможность научиться:

- организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий;
- характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.

Коммуникативные УУД

Учащиеся научатся:

- участвовать в диалоге на уроке;
- слушать и понимать других;
- составлять комплексы упражнений;
- взаимодействовать с окружающим миром (вижу, говорю, чувствую,...);
- контролировать свое физическое состояние;
- взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре;
- организовывать и проводить игру;
- самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий;
- выбирать упражнения для развития физических качеств.

Учащиеся получают возможность научиться:

- объяснять ошибки при выполнении упражнений;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией;
- взаимодействовать со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений;
- самостоятельно выполнять упражнения дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- называть правила техники безопасности на уроках;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения различных упражнений;
- раскрывать понятие «физическая культура» и анализирует положительное влияние её компонентов на укрепление здоровья и развитие человека;
- определять признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе;
- усваивать основные понятия и термины;
- выполнять беговые упражнения, прыжки, метание мяча;
- выполнять акробатические упражнения на различных снарядах.

Учащиеся получают возможность научиться:

- описывать технику выполнения упражнений и осваивать её самостоятельно, выявлять и устраняет характерные ошибки в процессе освоения;
- давать оценку своим знаниям о самопомощи и первой помощи при получении травмы;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе игры;
- использовать подвижные игры для активного отдыха.

Содержание

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов
1	Основы знаний о физической культуре	4
2	Спортивные и подвижные игры	20
3	Гимнастика с элементами акробатики	14
4	Легкая атлетика	16
5	Лыжная подготовка	14
Всего:		68

Календарно-тематическое планирование.

2 класс 1 четверть

№уроков	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности ученика	План	Факт
Гимнастика -1 час, легкая атлетика –8 часов, подвижные игры – 6 часов, теория 1 час				
1	Вводный ИОТ на уроках физическая культура. Подвижные игры	Соблюдает правила безопасности. Раскрывает понятие «физическая культура» и анализируют	03.09. -	

2	<i>Теория: Что такое физическая культура?</i> Освоение навыков ходьбы.	положительное влияние её компонентов на укрепление здоровья и развитие человека. Описывает технику выполнения ходьбы, осваивают её самостоятельно, выявляет и устраняет характерные ошибки в процессе освоения. Выбирает индивидуальный темп ходьбы, контролирует его по частоте сердечных сокращений.	07.09.	
3	Освоение навыков бега, развитие скоростных способностей.	Описывает технику выполнения беговых упражнений, осваивает её самостоятельно, выявляет и устраняет характерные ошибки в процессе освоения. Применяет беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирает индивидуальный темп передвижения, контролирует темп бега по частоте сердечных сокращений. Взаимодействует со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдает правила безопасности. Включает прыжковые упражнения в различные формы занятий по физической культуре. Закрепляет в играх навыки прыжков и развивает скоростно-силовые и координационные способности. Учатся правильному выполнению правил личной гигиены. ... Организует и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство. Описывает технику игровых действий и приёмов, осваивает их самостоятельно, выявляет и устраняет типичные ошибки. Взаимодействует со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Применяет правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.	10.09.	
4	Совершенствование навыков бега развитие скоростных способностей.		–	
5	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости.		14.09.	
6	Освоение навыков прыжков, развитие силовых способностей.		17.09 – 21.09.	
7	Закрепление навыков прыжков, развитие координационных способностей		24.09	
8	Овладение навыками метания. Подвижная игра.		–	
9	Овладение навыками метания. Подвижная игра.		28.09.	
10	ИОТ по подвижным играм. Подвижные игры.		01.10.	
11	<i>Теория: Личная гигиена.</i> Подвижные игры.		–	
12	Игры на закрепление и совершенствование навыков бега		05.10.	
13	Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках		08.10.	
14	Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках		–	
15	Игры на закрепление и совершенствование навыков метания.		12.10.	
16	Игры на закрепление и совершенствование навыков метания.		15.10.	
17	Контроль двигательных навыков.		–	
18	Полоса препятствий. Подведение итогов четверти.		19.10.	
			22.10.	
			–	
		26.10.		
		29.10.		
		–		
		02.11.		

2 класс 2 четверть

№уроков	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности ученика	План	Факт
Гимнастика – 11 часов, подвижные игры – 2 часа, теория – 1 час				

19/1	ИОТ на уроках по гимнастики. Освоение строевых упражнений	<p>Называет правила техники безопасности на уроках гимнастики. Описывает состав и содержание акробатических упражнений с предметами и составляет комбинации из числа разученных упражнений</p> <p>Описывает технику на гимнастических снарядах. Выявляет технические ошибки и помогают в их исправлении. Составляет комбинации из числа разученных упражнений. Оказывает помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализирует их технику. Осваивает технику танцевальных упражнений, оказывает помощь сверстникам в освоении новых танцевальных упражнений.</p>	14.11.	
20/2	<i>Теория: Твой организм.</i> Освоение ОРУ с предметами.		16.11.	
21/3	Освоение акробатических упражнений, развитие координационных способностей		19.11.	
22/4	Освоение акробатических упражнений и развитие координационных способностей		– 23.11.	
23/5	Освоение навыков лазания и перелезания, развитие силовых способностей.		26.11.	
24/6	Освоение навыков висов и упоров. Подвижные игры.		– 30.11.	
25/7	Освоение навыков в опорных прыжках. Подвижная игра		03.12.	
26/8	Освоение навыков в опорных прыжках. Подвижная игра		– 07.12.	
27/9	<i>Теория: Вода и питьевой режим.</i> Освоение строевых упражнений.		10.12	
28/10	Освоение навыков равновесия. Подвижные игры		– 14.12.	
29/11	Освоение навыков равновесия. Подвижные игры		17.12.	
30/12	Освоение танцевальных упражнений.		– 21.12	
31/13	Контроль двигательных навыков. Подвижные игры		24.12.	
32/14	Круговая тренировка. Итог четверти.		– 28.12.	

2 класс 3 четверть

№уроков	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности ученика	План	Факт
---------	-----------------------------	--	------	------

Гимнастика-1 час, лыжная подготовка-14 часов, подвижные игры-6 часа, теория-1 час				
33/1	ИОТ на уроках по лыжной подготовке. Развитие физических качеств	Объясняет назначение понятий и терминов, относящихся к бегу на лыжах.	14.01. –	
34/2	<i>Теория: Закаливание</i> Подвижные игры, эстафеты	Объясняет назначение понятий и терминов, относящихся к бегу на лыжах. Применяет передвижение на лыжах для развития координационных способностей и выносливости, контролирует скорость бега на лыжах по чистоте сердечных сокращений. Взаимодействует со сверстниками в процессе освоения техники передвижения на лыжах, соблюдая правила безопасности. Применяет правила подбора одежды для занятий бегом на лыжах. Использует бег на лыжах в организации активного отдыха	18.01.	
35/3	Освоение техники лыжных ходов.		21.01. –	
36/4	Освоение техники лыжных ходов.		25.01.	
37/5	Освоение техники лыжных ходов.		28.01. –	
38/6	Освоение техники лыжных ходов.		01.02.	
39/7	Освоение техники лыжных ходов.		04.02. –	
40/8	Освоение техники лыжных ходов.		08.02.	
41/9	Освоение техники лыжных ходов.		11.02. –	
42/10	Освоение техники лыжных ходов.		15.02.	
43/11	Освоение техники лыжных ходов.		18.02. –	
44/12	Освоение техники лыжных ходов.		22.02.	
45/13	Освоение техники лыжных ходов.		25.02. –	
46/14	Освоение техники лыжных ходов.		01.03.	
47/15	Освоение техники лыжных ходов.		04.03. –	
48/16	Освоение техники лыжных ходов.		08.03.	
49/17	<i>Теория: Органы пищеварения, пища и питательные вещества</i> Подвижные игры		11.03. –	
50/18	Овладение умениями в ловле, бросках мяча		15.03.	
51/19	Овладение умениями передачи, ведении мяча.		18.03. –	
52/20	Подвижные игры, эстафеты. Подведение итогов четверти.		22.03.	

2 класс 4 четверть

№уро о	Наименованиеразделов и тем	Характеристикаосновных видовдеятельностиученика	План	Факт
-----------	----------------------------	--	------	------

ков				
Гимнастика-1 час, легкая атлетика-8 часов, подвижные игры-6 часов, теория-1 час				
55/1	ИОТ на уроках по легкой атлетики. <i>Теория: Органы дыхания</i>	Соблюдает правила техники безопасности. Выбирает индивидуальный темп бега, описывают технику выполнения беговых, прыжковых, метательных упражнений. Выявляет и устраняют ошибки в процессе освоения самостоятельно. Демонстрирует выполнение пройденных легкоатлетических упражнений. Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Используют подвижные игры для активного отдыха.	01.04.	
56/2	Освоение навыков прыжков. Подвижные игры		– 05.04.	
57/3	Закрепление навыков прыжков. Подвижные игры		08.04.	
58/4	Прыжки через препятствия. Подвижные игры		– 12.04.	
59/5	Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых способностей		15.04.	
60/6	Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых способностей		– 19.04.	
61/7	Овладение умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.		22.04.	
62/8	Закрепление умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.		– 26.04.	
63/9	Совершенствование умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.		29.04.	
64/10	Совершенствование умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.		– 03.05.	
65/11	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости		06.05.	
66/12	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости		– 10.05.	
67/13	Проведения промежуточной аттестации		13.05.	
68/14	Анализ промежуточной аттестации		– 17.05.	
69/15	Развитие скоростных и координационных способностей.		20.05.	
70/16	Подвижные игры. Итог четверти, года.		– 25.05.	

Согласовано.

Протокол заседания

НМК учителей физической культуры №1

от 28.08.2018 года.

Руководитель НМК _____ Трухачева Т.Ю.

Согласовано.

Заместитель директора по УВР

_____ Петрухина Н.Н.

29.08.2018 года