

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 10 г. Новочеркаска

**ПРИНЯТО**

на заседании педсовета  
МБОУ СОШ № 10  
протокол от 30.08.17 № 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ СОШ № 10  
\_\_\_\_\_ В.Н. Завадский

**СОГЛАСОВАНО**

на заседании методсовета  
протокол от 30.08.17 № 1

**РАССМОТРЕНО**

на заседании МО учителей  
*начальных классов*  
протокол от 30.08.17 № 1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО ПРЕДМЕТУ** физическая культура

для 2 Б класса

**СОСТАВИТЕЛЬ:**

учитель начальных классов  
(предмет)

МБОУ СОШ №10

Тарасова Людмила Анатольевна  
(Ф.И.О.)

2017-2018 учебный год

## Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»

### Пояснительная записка

Настоящая программа разработана для учащихся 3 класса общеобразовательной школы в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- ✓ Закон «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ
- ✓ Федеральный государственный стандарт начального общего образования (Приказ МО и Н № 373 от 06 октября 2009 зарегистрирован Минюст № 17785 от 22.12.2009).
- ✓ Примерная основная образовательная программа начального общего образования. (ОДОБРЕНА решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15)
- ✓ Приказ Минобрнауки России от 05.07.2017 №629 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 № 253»
- ✓ Письмо МИНОБРНАУКИ России от 28.10.2015г. № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»
- ✓ Приказ МИНОБРНАУКИ России № 1576 от 31.12.2015 «О внесении изменений в ФГОС НОО, утвержденный приказом МО и Н РФ от 06.10.2009г. № 373»
- ✓ Авторская программа по физической культуре :Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 1—4 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — 4-е изд. — М. : Просвещение, 2014.
- ✓ Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ СОШ №10
- ✓ Учебный план МБОУ СОШ № 10 на 2017-2018 учебный год. 1-4 классы.
- ✓ Годовой календарный учебный график МБОУ СОШ № 10 на 2017– 2018 учебный год.

На изучение предмета «Физическая культура» во 2 классе согласно Учебному плану МБОУ СОШ №10 в 2017-2018 учебном году отводится 3 часа в неделю, что составляет 102 часа в год в соответствии с календарным учебным графиком школы. На реализацию программы по предмету «Физическая культура» во 2 классе в 2017-2018 учебном году запланировано 99 часов (календарно тематическое планирование предмета составлено с учётом государственных праздничных дней, определённых Правительством РФ). Уроки, выпадающие на выходные и праздничные дни, будут проведены за счёт уплотнения и корректировки учебного материала в следующие сроки:

- ✓ Раздел «Легкая атлетика» (вместо 30 часов будет изучена за 28) урок «Знакомство с мячами-хопами. Прыжки на мячах-хопах» будет проведен 07.03.18, вместо 08.03, урок «Беговые упражнения .Тестирование бега на 30 м с высокого старта» будет проведен 11.05.18 вместо 09.05.
- ✓ Раздел «Подвижные игры» (вместо 38 часов будет изучена за 37 часов ) урок «Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо» будет проведен 21.02.18 вместо 23.02

## Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура». 2 класс

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 направлена на достижение учащимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### 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 освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-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

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её 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 учёта 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 её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

-овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, 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 (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

### Содержание учебного предмета.

№	Название разделов и тем курса	Содержание учебной темы, раздела	Темы контрольных работ (диктанты, практические, лабораторные, творческие, экскурсии и т.д);	Кол-во часов
	Знания о физической культуре	Организационно-методические указания. Физические качества. Режим дня. Частота сердечных сокращений, способы ее измерения.	Тестовая работа.	4
	Легкая атлетика	Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Техника челночного бега. Тестирование челночного бега 3 x 10 м. Техника метания мешочка на дальность. Тестирование метания мешочка на точность. Техника прыжка в длину с места. Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с места на результат. Тестирование метания малого мяча на точность. Тестирование прыжка в длину с места. Преодоление полосы препятствий. Усложненная полоса препятствий. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту с прямого разбега на результат. Прыжок в высоту . Контрольный урок по прыжкам в высоту. Знакомство с	Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Тестирование метания мешочка на точность.  Тестирование метания малого мяча на точность. Тестирование прыжка в длину с места.  Контрольный урок по прыжкам в высоту.  Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Тестирование челночного бега 3 x 10 м. Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность.	30

		<p>мячами-хопами. Прыжки на мячах-хопах. Броски набивного мяча от груди и способом «снизу». Бросок набивного мяча из-за головы на дальность. Тестирование прыжка в длину с места. Техника метания на точность (разные предметы). Тестирование метания малого мяча на точность. Беговые упражнения. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Тестирование челночного бега 3 x 10 м. Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность.</p> <p>Бег</p>		
	Гимнастика с элементами акробатики	<p>Упражнения на координацию движений. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Тестирование подтягиваний на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Тестирование виса на время. Кувырок вперед. Кувырок вперед с трех шагов. Кувырок вперед с разбега. Усложненные варианты выполнения кувырка вперед. Стойка на лопатках, «мост». Круговая тренировка. Стойка на голове. Лазанье и перелезание по гимнастической стенке. Различные виды перелезаний.</p>	Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Тестирование подтягиваний на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Тестирование виса на время.	30

		<p>Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. Круговая тренировка. Прыжки в скакалку. Прыжки в скакалку в движении. Круговая тренировка. Вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах. Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах. Комбинация на гимнастических кольцах Вращение обруча. Варианты вращения обруча. Лазанье по канату и круговая тренировка. Круговая тренировка. Тестирование вися на время. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.</p>		
	Подвижные игры	<p>«Ловишка», «Салки», «Салки с домиками», «Салки – дай руку», «Салки с резиновыми кружочками», «Салки с резиновыми кольцами», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики», «Командные хвостики», «Флаг на башне», «Бездомный заяц»,</p>	<p>Проверка техники броска и ловли мяча различными способами, через волейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», техники ведения мяча правой и левой рукой .Эстафеты.</p>	38

		<p>«Вышибалы», «Волк во рву», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Кот и мыши», «Осада города», «Ночная охота», «Удочка», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Медведи и пчелы», «Шмель», «Ловишка с мешочком на голове», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охотник и утки», «Охотник и зайцы», «Ловишка на хобах», «Забросай противника мячами», «Точно в цель», «Вышибалы через сетку», «Собачки», «Земля, вода, воздух», «Воробьи – вороны», «Антивышибалы», броски и ловля мяча различными способами, через волейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», техника ведения мяча правой и левой рукой, эстафеты.</p>		
	Итого			<u>102</u>



## Тематическое планирование

№ урока	Дата урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Корректировка даты урока
Знания о физической культуре				
1	01.09	Организационно-методические указания	1	
Легкая атлетика				
2	05.09	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	
3	06.09	Техника челночного бега	1	
4	08.09	Тестирование челночного бега на 3x10 м	1	
5	12.09	Техника метания мешочка на дальность	1	
6	13.09	Тестирование метания мешочка на дальность	1	
Гимнастика с элементами акробатики				
7	15.09	Упражнения на координацию движений	1	
Знания о физической культуре				
8	19.09	Физические качества	1	
Легкая атлетика				
9	20.09	Техника прыжка в длину с места	1	
10	22.09	Прыжок в длину с места	1	
11	26.09	Прыжок в длину с места	1	
12	27.09	Прыжок в длину с места на результат	1	
Подвижные игры				
13	29.09	Подвижные игры	1	
Легкая атлетика				
14	03.10	Тестирование метания малого мяча на точность	1	

Гимнастика с элементами акробатики				
15	04.10	Тестирование наклона вперед из положения стоя	1	
16	06.10	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	
Легкая атлетика				
17	10.10	Тестирование прыжка в длину с места	1	
Гимнастика с элементами акробатики				
18	11.10	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	1	
19	13.10	Тестирование виса на время	1	
Подвижные игры				
20	17.10	Подвижная игра «Кот и мыши»	1	
Знания о физической культуре				
21	18.10	Режим дня	1	
Подвижные игры				
22	20.10	Ловля и броски малого мяча в парах	1	
23	24.10	Подвижная игра «Осада города»	1	
24	25.10	Подвижная игра «Осада города»	1	
25	27.10	Броски и ловля мяча в парах	1	
Знания и физической культуре				
26	07.11	Частота сердечных сокращений, способы ее измерения	1	
Подвижные игры				
27	08.11	Ведение мяча	1	
28	10.11	Упражнение с мячом	1	
29	14.11	Упражнение с мячом	1	
30	15.11	Подвижные игры	1	
31	17.11	Подвижные игры	1	
Гимнастика с элементами акробатики				
32	21.11	Кувырок вперед	1	

33	22.11	Кувырок вперед с трех шагов	1	
34	24.11	Кувырок вперед с разбега	1	
35	28.11	Усложненные варианты выполнения кувырка вперед	1	
36	29.11	Стойка на лопатках, «мост»	1	
37	01.12	Круговая тренировка	1	
38	05.12	Стойка на голове	1	
39	06.12	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	1	
40	08.12	Различные виды перелезаний	1	
41	12.12	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине	1	
42	13.12	Круговая тренировка	1	
43	15.12	Прыжки в скакалку	1	
44	19.12	Прыжки в скакалку в движении	1	
45	20.12	Круговая тренировка	1	
46	22.12	Вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах	1	
47	26.12	Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах	1	
48	27.12	Комбинация на гимнастических кольцах	1	
49	29.12	Вращение обруча	1	
50	16.01	Варианты вращения обруча	1	
51	17.01	Лазанье по канату и круговая тренировка	1	
52	19.01	Круговая тренировка	1	
53	23.01	Круговая тренировка	1	
Подвижные игры				
54	24.01	Подвижная игра «Белочка-защитница»	1	
Легкая атлетика				
55	26.01	Преодоление полосы препятствий	1	
56	30.01	Усложненная полоса препятствий	1	

57	31.01	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	
58	02.02	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	1	
59	06.02	Прыжок в высоту спиной вперед	1	
60	07.02	Контрольный урок по прыжкам в высоту	1	
Подвижные игры				
61	09.02	Броски и ловля мяча в парах	1	
62	13.02	Броски мяча в баскетбольное кольцо способ «снизу»	1	
63	14.02	Броски мяча в баскетбольное кольцо способ «снизу»	1	
64	16.02	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	1	
65	20.02	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	1	
66-67	21.02	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	1	
68	27.02	Эстафеты с мячом	1	
69	28.02	Эстафеты с мячом	1	
70	02.03	Упражнения и подвижные игры с мячом	1	
71	06.03	Упражнения и подвижные игры с мячом	1	
Легкая атлетика				
72-73	07.03	Знакомство с мячами-хопами. Прыжки на мячах-хопах	1	
Подвижные игры				
74	13.03	Круговая тренировка	1	
75	14.03	Подвижные игры	1	
76	16.03	Броски мяча через волейбольную сетку	1	
77	20.03	Броски мяча через волейбольную сетку	1	
78	21.03	Бросок мяча через волейбольную сетку на точность	1	
79	23.03	Бросок мяча через волейбольную сетку на точность	1	
80	03.04	Бросок мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	1	
81	04.04	Бросок мяча через волейбольную сетку с дальних	1	

		дистанций		
82	06.04	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	1	
83	10.04	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку	1	
Легкая атлетика				
84	11.04	Броски набивного мяча «от груди»	1	
85	13.04	Броски набивного мяча из-за головы на дальность	1	
86	17.04	Тестирование виса на время	1	
Гимнастика с элементами акробатики				
87	18.04	Тестирование наклона вперед из положения стоя	1	
Легкая атлетика				
88	20.04	Тестирование прыжка в длину с места	1	
Гимнастика с элементами акробатики				
89	24.04	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	1	
90	25.04	Тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с.	1	
Легкая атлетика				
91	27.04	Техника метания на точность (разные предметы)	1	
92	28.04	Тестирование метания малого мяча на точность	1	
Подвижные игры				
93	04.05	Подвижные игры для зала	1	
94	08.05	Подвижные игры для зала	1	
Легкая атлетика				
95-96	11.05	Беговые упражнения .Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	
97	15.05	Тестирование челночного бега 3x10 м	1	

98	16.05	Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность	1	
Подвижные игры				
99	18.05	Подвижная игра «Хвостики»	1	
100	22.05	Подвижная игра «Воробьи - вороны»	1	
Легкая атлетика				
101	23.05	Бег на 1000 м	1	
Подвижные игры				
102	25..05	Подвижные игры с мячом	1	

I четверть	25 часов	
II четверть	24 часа	
III четверть	29 часов	
IV четверть	22 часа	
Год	99 часов	