

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МАКЕЕВСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА»
с. Макеево

Утверждено приказом
от 26 июня 2018 года № 68/9



Рабочая программа по физической культуре
(базовый уровень)
2 класс

Составитель: Щукин Александр Викторович,
учитель физической культуры первой категории

2018 г

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре в 2 классе составлена на основе авторской программы В.И. Ляха, А.А. Зданевича и реализуется в соответствии с основной образовательной программой основного общего образования МБОУ «Макеевская основная школа» в количестве 105 часов 3 часа в неделю).

Учебно - тематический план 2 класс

№	Разделы и темы	Количество часов (уроков)	
		По плану	фактически
Базовая часть		79	
1	Основы знаний о физической культуре	*	
2	Физическое совершенствование:		
	гимнастика	19	
	легкая атлетика	21	
	подвижные игры	18	
	лыжные гонки	21	
Вариативная часть		23	
- лыжные гонки		5	
- легкая атлетика		15	
- подвижные игры		6	
Итого:		105	

--	--	--	--	--	--

*основы знаний о физической культуре в процессе урока

№ урока	Тема	Предметные результаты	Метапредметные			Личностные	Дата	
							План	Факт
Легкая атлетика. 11ч Подвижные игры 18 часа								
1	Инструктаж по ТБ.Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Входной контроль(зачет)	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение 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.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.		
2	Обучение разновидностям ходьбы. Разновидности ходьбы.	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.						
3	Сочетание различных видов ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий.							
4	Освоение навыков бега, развитие скоростных способностей Бег с ускорениями (30 м.)	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.						
5	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости Бег с ускорениями (60 м.)							
6	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей Прыжки с поворотом на 180 °. Прыжок с места.	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при						
7	Обучение технике							

	прыжков на одной, двух ногах Прыжок в длину с разбега в 5-6 шагов..	выполнении беговых упражнений.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.		
8	Прыжки в длину с разбега Прыжок с высоты (до 40 см.).	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.						
9	Закрепление навыков прыжков развитие скоростно-силовых способностей Метание м/ мяча в горизонтальную цель (2х2 м)	Описывать технику прыжковых упражнений.						
10	Овладение навыками метания Метание м/ мяча в горизонтальную цель (2х2 м) с расстояния 4-5 м.	Осваивать технику прыжковых упражнений.						
11	Метание мяча в цель . Метание набивного мяча. (зачет)	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.						
12	Метание мяча на дальность Развитие скоростно-силовых способностей							
13	Закрепление навыков метания Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей							
14	Развитие координации. Эстафеты с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей							
15	Развитие скоростно-силовых качеств. Броски большого мяча Эстафеты.							

	Развитие скоростно-силовых способностей				имеющегося опыта.			
16	Развитие выносливости, 6 минутный бег Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей							
17	Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафеты. Бег с ускорением. ОРУ. Игра “Прыжки по полоскам”,							
18	Челночный бег. Развитие выносливости. ОРУ. Игра “Прыжки по полоскам							
19	Развитие скоростно-силовых качеств. Бег с преодолением препятствий. ОРУ. Игра “Веревочка под ногами”,							
20	ОРУ. Игра “Веревочка под ногами”							
21	ОРУ. Игра “Западня	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.		
22	Игра , “ Конники-спортсмены”.							
23	ОРУ. Игра “ Птица в клетке”,							
24	ОРУ. Игра “ прыгающие воробушки”,							

			разучиваемых заданий и упражнений.					
25	. ОРУ. Игра “ прыгающие воробушки”, “ Зайцы в огороде”	Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!». Описывать технику акробатических упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых акробатических комбинаций и упражнений. Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью. Способы организации рабочего места. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.		
26	ОРУ. Игра “ Лиса и куры”,							
27	ОРУ. Игра “ Лиса и куры”, “ Точный расчет”.							
Гимнастика 18 часов								
28	Акробатика и строевые упражнения (6ч) Размыкание и смыкание приставным шагом.							
29	Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. (зачет)							
30	Кувырок в сторону.							
31	Перестроение из колонны по одному в колонну по два.							
32	Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев.							
33	ОРУ. Подвижная игра “ Светофор”.							
34	Висы. Строевые упражнения (6ч) Передвижение в колонне по указанным ориентирам.							
35	Вис стоя, лежа							
36	ОРУ с гимнастической							

	палкой.	акробатических упражнений.			задачей и условиями ее реализации;			
37	Выполнять команды “ На два (четыре) шага разомкнись!”.	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств.			определять наиболее эффективные способы достижения результата.			
38	В висе спиной к гимнастической скамье поднимание согнутых и прямых ног.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.			Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.			
39	Вис на согнутых руках.	Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.						
40	Опорный прыжок (6ч) ОРУ в движении.	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.						
41	Лазание по наклонной скамье в упор присев, в упоре стоя на коленках и лежа на животе.	Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.						
42	Игра” Кто приходил?”.	Осваивать универсальные						

		умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности. Осваивать технику физических упражнений прикладной						
--	--	---	--	--	--	--	--	--

		направленности.						
43	Перешагивание через набивные мячи.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.		Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	Умение 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.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.		
44	Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне.(зачет)							
45	ОРУ. В движении							
Лыжная подготовка (21ч)								
46	Лыжная подготовка (21ч), оказание первой мед.							
47	Прохождение скользящим шагом 1000м (медленно).							
48	Совершенствование техники скользящего шага.							
49	Прохождение дистанции 1000м в среднем темпе.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.		
50	Оценка техники скользящего шага.							
51	Игра-эстафета с обеганием флажков на дистанции до 40 м.	Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении		Развитие самостоятельности и личной ответственности за		
52	ОРУ. Развитие выносливости.							
53	Совершенствование техники скользящего шага с палками.							

54	Совершенствование техники скольжения с палками.	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	Умение 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. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.		
55	Совершенствование умений в подъемах и спусках со склонов.							
56	Оценка техники спуска и подъема.							
57	Прохождение скоростных отрезков 200 – 250 м. (зачет)							
58	Эстафеты на лыжах до 50м							
59	Эстафеты на лыжах до 100м.							
60	Совершенствование техники скользящего шага на учебном круге.							
61	Эстафета со спуском и подъемом							
62	Игры-эстафеты с этапом до 60 м: со спуском и подъемом и др.							
63	Игры-эстафеты с этапом до 70 м: ; с палками; со спуском и подъемом и др.							
64	Игры-эстафеты с этапом до 80 м: без палок.							
65	Игры-эстафеты с этапом до 100 м: без палок; с палками; со спуском и подъемом и др.							

66	Соревнования на дистанции 500 м с раздельным стартом				деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.			
67	Соревнования на дистанции 700 м с раздельным стартом.							
68	Соревнования на дистанции 1000 м с раздельным стартом.							
Подвижные игры на основе баскетбола. (24ч)								
69	Подвижные игры на основе баскетбола. (24ч) Ловля и передача мяча в движении.							
70	Ведение на месте.							
71	Броски в цель (мишень).							
72	ОРУ. Игра “Попади в обруч”.							
73	Развитие координационных способностей.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.		Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.		Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
74	ОРУ. Игра “Передал-садись”.							
75	Развитие координационных способностей.							
76	Игра “Мяч- среднему ”.							
77	Развитие координационных способностей.							
		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.						

78	Игра “Мяч соседу							
79	Ведение на месте правой и левой рукой.	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Описывать технику бросков большого набивного мяча. Осваивать технику бросков большого мяча. Соблюдать правила техники безопасности	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.		
80	Броски в цель (кольцо). ОРУ							
81	Игра “Передача мяча в колоннах ”.							
82	Игра “ Вызов номеров”.							
83	Эстафеты.							
84	Эстафеты. Игра в мини-баскетбол.							
85	Развитие координационных способностей.							
86	Ведение правой и левой рукой в движении.							
87	Игра “Мяч в корзину ”. Промежуточная аттестация(Зачет)							
88	Развитие координационных способностей.							
89	Развитие координационных способностей.							
90	Игра “Школа мяча ”.							
91	Развитие координационных способностей							

		при выполнении бросков большого набивного мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча						
92	Игра “Гонка мячей по кругу”.	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.			Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении		
93	Броски в цель (мишень, щит, кольцо).							
Легкая атлетика (10ч)		Соблюдать дисциплину и правила техники						

					красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	цели.		
--	--	--	--	--	--	-------	--	--

Согласовано
протокол заседания ШМО начальной школы
от «31» мая 2018 г. № 6
Руководитель Л.А. Л.А. Родина

Согласовано
Зам. директора по УВР
Е.В. Е.В. Челюканова
«31» мая 2018 г.