

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа  
Кенадского сельского поселения  
Ванинского муниципального района  
Хабаровского края

Рассмотрено  
Руководитель МО  
учителей естественно  
гуманитарного цикла

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2014г.

Согласовано  
Заместитель директора  
по УВР

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2015г.

Утверждено  
Директор

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2015г.

Рабочая программа  
по физической культуре  
2 класс

Учитель: Эбингер Н. В

с. Кенада

2015 – 2016 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Назначение программы

Рабочая программа по физической культуре для 2-4 классов разработана на основе учебной комплексной программы по физической культуре, автором - составителем которой являются доктор педагогических наук В.И. Лях., кандидат педагогических наук А.А. Зданевич, издательство Москва «Просвещение», 2008 г.

### Структура документа

Рабочая программа включает разделы: пояснительную записку; распределение учебных часов по разделам. Учебная программа для 2-4 классов рассчитана на 102 часа из расчета 3 часа в неделю.

### Общая характеристика учебного предмета

Предметом образования в области физической культуры является двигательная (физкультурная) деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. В соответствии со структурой двигательной деятельности, учебный предмет физической культуры структурируется по трем основным разделам: знания (информационный компонент деятельности), физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности) и способы деятельности (операциональный компонент деятельности). В примерной программе для основного общего образования двигательная деятельность, как учебный предмет, представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивно-оздоровительная деятельность. Каждая из этих линий имеет соответствующие свои три учебных раздела (знания, физическое совершенствование, способы деятельности).

### Цели

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся

устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В соответствии с этим, Примерная программа основного общего образования своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических целей:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

### Задачи учебной программы.

- Укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию. Расширение двигательного опыта
- Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам. Совершенствование функциональных возможностей организма. Развитие двигательных способностей.
- Воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии
- Обучение основам знаний педагогики, психологии, физиологии, гигиены, профилактики травматизма, коррекции осанки.
- Формирование практических умений в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

### Требования к уровню подготовки выпускников

В результате освоения курса обучения выпускники должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры: *Уметь объяснять:*

- роль и значение физической культуры в развитии человека и общества;



2, 4 классы

	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
<b>1. Легкая атлетика</b>	10ч.			10 ч.
<b>2. Подвижные игры</b>	14ч			13 ч.
<b>3. Гимнастика</b>		21 ч.		
<b>4. Лыжная подготовка</b>			34ч.	

### **Паспорт календарно-тематического планирования**

Учебный предмет физическая культура

Количество часов в неделю по учебному плану 3

Всего количество часов в году по плану 102

Класс: 2

Учитель: Эбингер Наталья Викторовна

Программа на курс: Комплексная программа физического воспитания учащихся I – XI классов. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.:

Просвещение, 2008 г.

утверждена на МО учителей начальных классов

Количество обязательных зачетов по контролю физического развития: 2

Учебное пособие, рекомендованное для учащихся: Лях В.И., Зданевич А.А.

Физическая культура 1-4 кл. М.: Просвещение. 2010г.

## Календарно-тематическое планирование по физической культуре 2 класс

№ урока	Наименование разделов и тем	Дата по плану	Дата проведения
	<b>I- ЧЕТВЕРТЬ</b>		
	<i>ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ</i>		
1	Техника безопасности во время занятий физической культурой		
2	Тестирование		
3	Мониторинг		
4	«Круговая эстафета» (расстояние 15-30 м)		
5	Высокий старт		
6	Прыжки в длину с разбега		
7	Челночный бег		
8	Метание мяча с места в цель		
9	Многоскоки		
10	Равномерный бег до 5 мин		
	<i>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТИВНЫХ ИГР</i>		
11	Техника безопасности во время занятий играми		
12	Ведение мяча на месте и в движении		
13	Ведение мяча с изменением направления		
14	Ловля и передача мяча на месте и в движении		
15	Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках		
16	Броски в кольцо двумя руками снизу		
17	Броски в кольцо двумя руками снизу		
18	Ловля и передача мяча на месте и в движении по кругу		
19	Броски в кольцо одной рукой от плеча		
20	Верхняя передача мяча над собой		
21	Нижняя передача мяча над собой		
22	Верхняя и нижняя передачи мяча над собой		
23	Нижняя прямая подача		
24	Верхняя передача мяча в парах		
	<b>II- ЧЕТВЕРТЬ</b>		
	<i>ГИМНАСТИКА С ЭЛЕМЕНТАМИ АКРОБАТИКИ</i>		
25	Техника безопасности во время занятий гимнастикой		
26	Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой		
27	Лазанье по канату		
28	Стойка на лопатках		
29	Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа на животе, подтягиваясь руками		
30	«Мост» из положения лежа на спине		
31	Упражнения в вися стоя и лежа		
32	Акробатическая комбинация		
33	Акробатическая комбинация		
34	Лазанье по канату		
35	Упражнения в вися стоя и лежа		
36	Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне		
37	Упражнения в вися на разновысоких брусьях		

38	Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне		
39	Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя, лежа		
40	Упражнения на гимнастической стенке		
41	Комбинация из освоенных элементов на разновысоких брусьях		
42	Комбинация из освоенных элементов на разновысоких брусьях		
43	Комбинация из освоенных элементов на гимнастическом бревне		
44	Преодоление гимнастической полосы препятствий		
45	Преодоление гимнастической полосы препятствий		
<b>III- ЧЕТВЕРТЬ</b>			
<i>ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА</i>			
46	Техника безопасности во время занятий лыжной подготовкой		
47	Ступающий шаг без палок		
48	Ступающий шаг с палками		
49	Скользящий шаг без палок		
50	Скользящий шаг без палок		
51	Скользящий шаг с палками		
52	Повороты переступанием вокруг пяток		
53	Скользящий шаг с палками		
54	Повороты переступанием вокруг носков		
55	Подъем ступающим шагом		
56	Повороты переступанием		
57	Спуски в высокой стойке		
58	Подъем «лесенкой»		
59	Спуски в низкой стойке		
60	Попеременный двухшажный ход без палок		
61	Попеременный двухшажный ход без палок		
62	Подъемы и спуски с небольших склонов		
63	Попеременный двухшажный ход без палок		
64	Попеременный двухшажный ход с палками под уклон		
65	Попеременный двухшажный ход с палками под уклон		
66	Подъемы и спуски с небольших склонов		
67	Повороты переступанием		
68	Попеременный двухшажный ход с палками		
69	Попеременный двухшажный ход с палками		
70	Игры на лыжах		
71	Передвижение на лыжах до 1-х км		
72	Передвижение на лыжах до 2-х км		
73	Подъемы и спуски с небольших склонов		
74	Передвижение на лыжах до 3-х км		
75	Игры на лыжах		
76	Отрезки 4 по 200м		
77	Отрезки 4 по 100м		
78	Передвижение до 3-х км		
79	Игры на лыжах		
<b>IV- ЧЕТВЕРТЬ</b>			
<i>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТИВНЫХ ИГР</i>			
80	Техника безопасности во время занятий играми		
81	Ведение мяча на месте и в движении		
82	Ведение мяча с изменением направления		

83	Ловля и передача мяча на месте и в движении		
84	Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках, по кругу		
85	Учебная игра в «мини-баскетбол»		
86	Верхняя и нижняя передачи мяча над собой		
87	Верхняя и нижняя передачи мяча в парах		
88	Нижняя прямая подача		
89	Верхняя и нижняя передачи мяча в кругу		
90	Учебная игра в «Пионербол»		
91	Верхняя и нижняя передачи мяча в кругу		
92	Учебная игра в «Пионербол»		
	<i>ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ</i>		
93	Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Прыжки в		
94	высоту с разбега способом «Перешагиванием»		
95	Прыжки в высоту с разбега Прыжки в высоту с разбега Прыжки в		
96	высоту с разбега		
97	Метание мяча на дальность		
98	Прыжки в длину с разбега		
99	Медленный бег до 5 мин		
100	Бег 1500 м без учета времени		
101	Тестирование		
102	Мониторинг		

