

Планируемые результаты изучения предмета - физическая культура 2 класс (ФГОС)

Название раздела	Предметные результаты		Метапредметные результаты	Личностные результаты
	ученик научится	ученик получит возможность научиться		
Знания о физической культуре	<ul style="list-style-type: none"> - характеризовать роль и значение уроков физической культуры , занятий спортом для укрепления здоровья, - ориентироваться в понятии « физическая подготовка» - характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. 	<ul style="list-style-type: none"> -выявлять связь занятий физической культурой с трудовой деятельностью 	<u>Регулятивные:</u> <ul style="list-style-type: none"> -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; 	<ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие
Способы физкультурной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать 	<ul style="list-style-type: none"> - вести тетрадь по физической культуре с записями, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности; 	<ul style="list-style-type: none"> -формирование умения понимать причины успеха / неуспеха /учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; -определение общей цели и путей её достижения; -осуществлять взаимный контроль в совместной 	

Физическое совершенствование	<ul style="list-style-type: none"> - упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости) - выполнять акробатические упражнения (кувырки, выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брус, гимнастическое бревно); - выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности 	<p>целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации; 	<p>деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение товарищей;</p> <p><u>Коммуникативные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; - взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций для окружающих <p><u>Познавательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - видеть красоту движений, - с помощью учителя выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека 	интересы.
------------------------------	--	--	---	-----------

Содержание учебного предмета по физической культуре 2 класс

Название раздела	Краткое содержание	Количество часов
I. Знания о физической культуре	<p>Физическая культура. Что такое физические упражнения, их отличия от естественных движений; представления об основных физических качествах: силе, быстроте, выносливости, гибкости, ловкости и координации движений, об измерении уровня развития основных физических качеств.</p> <p>Из истории физической культуры. История зарождения древних Олимпийских игр; история возникновения первых спортивных соревнований; появление мяча, упражнений и игр с мячом.</p> <p>Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.</p>	в процессе урока
II. Способы физкультурной деятельности	<p>Самостоятельные занятия. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки, развития мышц туловища и основных физических качеств, упражнений, развивающих быстроту, равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).</p> <p>Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).</p>	в процессе урока
III. Физическое совершенствование	<p>Физкультурно - оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.</p> <p>Комплексы упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.</p> <p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p>Гимнастика с основами акробатики. <i>Организующие команды и приемы.</i> Повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два!»; перестроение в две шеренги, в две шеренги и колонны; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали», «противоходом».</p> <p><i>Акробатические упражнения.</i> Из положения лежа на спине стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях; кувырок назад в группировке.</p> <p><i>Гимнастические упражнения прикладного характера.</i> Прыжки со скакалкой. Передвижение по</p>	в процессе урока

	<p>гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, упражнения на низкой перекладине: вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, с завесом одной или двумя ногами.</p> <p>Легкая атлетика. Низкий старт с последующим ускорением, бег с изменением темпа; челночный бег 3х10 м.</p> <p>Прыжковые упражнения: прыжки с поворотом на 180° и 360°; прыжок в высоту с прямого разбега.</p> <p>Броски: броски набивного мяча (1 кг) снизу из положения стоя и в седе.</p> <p>Метание: метание малого мяча или мешочка из-за головы на дальность.</p> <p>Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах: попеременным двукружным и одновременным однокружным и двукружным ходом; спуски с горки; подъемы «лесенкой» и «елочкой»; торможение «плугом».</p> <p>Подвижные и спортивные игры.</p> <p><u>На материале гимнастики с основами акробатики:</u> игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p><u>На материале легкой атлетики:</u> прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p><u>На материале лыжной подготовки:</u> эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.</p> <p><u>На материале спортивных игр:</u></p> <p>Футбол: остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы; ведение мяча правой и левой ногой с остановками по сигналу, с обводкой стоек. Игры «Метко в цель», «Бросок ногой».</p> <p>Баскетбол: передвижение по площадке в стойке баскетболиста, приставным шагом правым и левым боком, остановка в шаге и прыжком; ведение мяча с остановкой по сигналу и с последующей передачей или броском.</p> <p>Пионербол: нижняя подача, подбрасывание мяча на определенную высоту и бросок мяча на заданное расстояние.</p> <p>Плавание. Плавательные упражнения для освоения в водной среде. Техника движений рук, ног при плавании способом кроль на груди, кроль на спине. Согласование работы рук, ног с дыханием при плавании. Игры на воде. Техника безопасности на занятиях.</p>	<p>21</p> <p>18</p> <p>3</p> <p>11</p> <p>15</p> <p>3</p>
--	---	---

	<p>Национальные подвижные игры. История борьбы. Техника и тактика борьбы. Техника безопасности</p> <p>Туризм. История развития туризма. Медицина в туризме. Туристические навыки.</p> <p>Общеразвивающие упражнения (на материале гимнастики с основами акробатики: развитие гибкости, координации, силовых способностей, формирование осанки; на материале легкой атлетики: развитие координации, быстроты, выносливости, силовых способностей; на материале лыжной подготовки: развитие координации, выносливости).</p>	<p>3</p> <p>3</p>
ИТОГО:		105 ЧАСА

Нормы оценок

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- ☐ старт не из требуемого положения;
- ☐ отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- ☐ бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- ☐ несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.