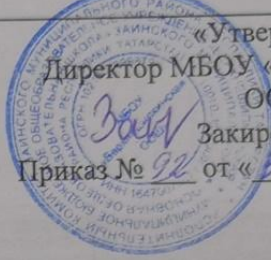


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Верхнешипкинская основная общеобразовательная школа»
Заинского муниципального района РТ

<p>«Рассмотрено» Руководитель МО</p> <p>Шадыбаева Ф.С.. Протокол № <u>1</u> от «<u>31</u>» августа 2020 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР МБОУ «Верхнешипкинская ООШ» <i>Габдрахманова А.Р.</i> «<u>31</u>» августа 2020 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МБОУ «Верхнешипкинская ООШ» Закирова В.С. Приказ № <u>92</u> от «<u>31</u>» августа 2020 г.</p> 
--	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Начального общего образования
Физическая культура
2 класс
на 2020/2021 учебный год
Миннехановой Зульфии Галимзяновны
учителя первой квалификационной категории

Рассмотрено на заседании
педагогического совета протокол
№ 1 от «31» августа 2020 г.

Верхние Шипки, 2020

Планируемые результаты изучения предмета

Название раздела	Предметные результаты		Метапредметные результаты	Личностные результаты
	ученик научится	ученик получает возможность научиться		
Легкая атлетика	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Равняйсь!», «Вольно!», «В одну шеренгу становись!». Усваивать основные понятия и термины в беге «Обычным бегом», «Змейкой». Осваивать технику прыжковых упражнений	Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений.	Регулятивные:целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные:общеучебные – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные:инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
Гимнастика с элементами акробатики	Составлять индивидуальный режим дня. Осваивать технику бега на длинные дистанции. Описывать технику выполнения физических упражнений	Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы	Регулятивные:контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения.	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
Подвижные игры	Проявлять качества ловкости в упражнениях с	Демонстрировать вариативное	Регулятивные: целеполагание-удерживать учебную задачу; осуществление учебных действий – использовать речь для	проявлять дисциплинированность

	<p>мячом</p> <p>Осваивать передачу и прием мяча в различных направлениях Давать оценку своему уровню личной гигиены.</p> <p>Проявлять качества ловкости в игровых упражнениях с малым мячом.</p>	<p>выполнение упражнений с ловлей мяча</p>	<p>регуляции своего действия; коррекция - вносить изменения в способ действия.</p> <p>Познавательные: общеучебные-ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.</p>	<p>ь, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>
Лыжная подготовка	<p>Характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.</p>	<p>Проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство</p>	<p>Регулятивные: планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Познавательные: общеучебные-самостоятельно выделять и формулировать свои затруднения.</p> <p>Коммуникативные: взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения.</p>	<p>оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы</p>
Подвижные игры на основе баскетбола	<p>Сравнивать физкультурную деятельность Древнего мира с современной физической культурой; называть движения, которые выполняли первобытные люди;</p> <p>осваивать бег на скорость из различных исходных положений.</p>	<p>Научиться определять признаки положительного влияния зарядки на организм и успехи в учебе</p>	<p>Регулятивные: коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата.</p> <p>Познавательные: общеучебные – контролировать процесс и результат деятельности.</p> <p>Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения.</p>	<p>активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>
Легкая	<p>Правильно выполнять основные движения в</p>	<p>Осваивать двигательные</p>	<p>Регулятивные: прогнозирование – предвидеть возможности</p>	<p>оказывать бескорыстную помощь</p>

атлетика	прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги; правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	действия, составляющие содержание подвижных игр	получения конкретного результата при решении задач. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – формулировать собственное мнение.	своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
Основы плавания	оказывать первую помощь, усвоит правила поведения на водоёмах	Получать представления о работе головного мозга и нервной системы	Регулятивные: целеполагание – преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: общеучебные – использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия.	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях

Содержание учебного предмета

Название раздела	Краткое содержание	Количество часов
Легкая атлетика	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (20 м). ОРУ. Инструктаж по ТБ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2 x 2 м) с расстояния 4-5 м. Метание набивного мяча. Эстафеты.	12
Гимнастика с элементами акробатики	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Название гимнастических снарядов. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев.	18
Подвижные игры	ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	18
Лыжная подготовка	Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Построение в шеренгу с лыжами в руках. Передвижение за учителем в колонне по 1 по лыжне. Скользящий шаг без палок. Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Подъем «елочкой», спуск в основной стойке. Равномерное передвижение скользящим шагом с палками.	20

Подвижные игры на основе баскетбола	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (мишень, кольцо, щит). ОРУ. Развитие координационных способностей.	22
Легкая атлетика	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ. Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча.	6
Основы плавания	Правила безопасности при купании в естественных водоемах. Ходьба с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Эстафеты с предметами.	6

Календарно — тематическое планирование по физической культуре

№	Тема урока, тип урока	Коли- чество часов	Дата проведения	
			По плану	Факт.
1	Техника безопасности на спортивной площадке. Высокий старт.	1	1.09	
2	Бег с ускорением до 20 метров. Прыжки в длину с места на результат.	1	3.09	
3	Высокий старт. Бег 30 метров на результат.	1	4.09	
4	Подтягивание на высокой перекладине (м), низкой (д) Прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов.	1	8.09	
5	Подтягивание на высокой пере-кладине (м), низкой (д) на результат. Прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов.	1	10.09	
6	Прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель. <i>Комбинир. урок</i>	1	11.09	
7	Прыжки в длину с разбега на результат. Метание мяча вертикальную и горизонтальную цель.	1	15.09	
8	Метание мяча на дальность. <i>Шестиминутный бег</i>	1	17.09	

9-10	Преодоление малых препятствий Мини-футбол по упрощенным правилам.	1	18.09	
		1	22.09	
11-	Подвижные игры на свежем воздухе.	1	24.09	
12			25.09	
	Эстафеты с преодолением препятствий. Комплекс утренней зарядки. <i>Комбинир. урок</i>	1		
13-	Подвижные игры с элементами спортивных игр	1	29.09	
14			1.10	
	Ловля и передача мяча.	1		
15-	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	1	2.10	
16	Ловля и передача мяча в движении.	1	6.10	
17-	Ведение мяча на месте.	1	8.10	
18	Бросок набивного мяча от груди. <i>Комбинир. урок</i>	1	9.10	

19	Ведение мяча в ходьбе. Наклон вперед на результат. <i>Комбинир. урок</i>	1	13.10	
20	Ведение мяча в ходьбе. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на результат.	1	15.10	
21	Ведение мяча в ходьбе правой, левой рукой. Броски мяча в щит	1	16.10	
22	Ведение мяча в беге по прямой. Броски мяча в щит.	1	20.10	
23	Ведение мяча в беге по прямой. Игра мини-баскетбол по упрощенным правилам.	1	22.10	

24	Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Кувырок вперед.	1	23.10	
25-	Стойка на лопатках согнув ноги.	1	27.10	
26	Кувырок вперед. <i>Комбинир. урок</i>	1	29.10	
27-	Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекаат вперед в упор присев.	1	30.10	
28	Режим дня. Личная гигиена.	1	10.11	

29	Кувырок в сторону Акробатические соединения из разученных элементов. <i>Комбинир. урок</i>	1	12.11	
30-	Акробатические соединения из разученных элементов.	1	13.11	
31	Стоя и лежа. Вис на согнутых руках.	1	17.11	
32-	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе.	1	19.11	
33	Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног.	1	20.11	
34-	Лазанье по наклонной скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками.	1	24.11	
35	Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног.	1	26.11	
36-	Лазанье по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног.	1	27.11	
37	Подтягивание в висе лежа согнувшись.	1	1.12	

38	Лазанье по канату Подтягивание в висе лежа согнувшись. Перелезание через коня.	1	3.12	
39	Лазанье по канату. Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами на бревне.	1	4.12	
40	Лазанье по канату Ходьба по рейке гимнастической скамейки, бревну перешагивая, через набивные мячи.	1	8.12	
41	Ходьба по рейке гимнастической скамейки, перешагивая через набивные мячи и их переноска. Лазанье по канату.		10.12	
42	Повороты кругом стоя и при ходьбе на носках. Гимнастическая полоса препятствий на формирование правильной осанки.	1	11.12	
43	Гимнастическая полоса препятствий на развитие физических качеств быстроты, силы, гибкости.	1	15.12	

44	Гигиена одежды и обуви. Игра «Мини-баскетбол»	1	17.12	
45-	Преодоление малых препятствий	1		
46	Мини-футбол по упрощенным правилам.	1	18.12 22.12	
47-	Эстафеты с преодолением препятствий.	1	24.12	
48	Комплекс утренней зарядки.	1	25.12	

49-	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	1	12.01	
50	Ловля и передача мяча в движении.	1	14/01	
51-	Ведение мяча на месте.	1	15.01	
52	Бросок набивного мяча от груди.	1	19.01	

53	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Игра «Мини-баскетбол» <i>Комбинир. урок</i>	1	21.01	
54-	Ступающий шаг без палок.	1	22.01	
55	Повороты на месте.	1	26.01	
56	Ступающий шаг с палками. Повороты на месте.	1	28.01	
57-	Скользкий шаг без палок.	1	29.01	
58	Повороты на месте.	1	2.02	
59-	Скользкий шаг с палками.	1	4.02	
60	Подъем лесенкой.	1	5.02	
61-	Скользкий шаг с палками.	1		
62	Подъем лесенкой.2 круга на трассе	1	9.02	

			11.02	
63	Попеременно двухшажный ход без палок. Подъем лесенкой.	1	12.02	
64-	Попеременно двухшажный ход без палок 1 км.	1	16.02	
65	Спуск с небольшого склона.	1	18.02	
66-	Попеременно двухшажный ход с палками	1	19.02	
67	Спуск с небольшого склона.Игры на лыжах	1	23.02	
68	Попеременно двухшажный ход с палками Подъем елочкой.	1	25.02	
69	Прохождение дистанции 1 км. Подъем елочкой.	1	26.02	
70	Прохождение дистанции до 1 км. Повороты переступанием	1	2.03	
71	Прохождение дистанции 1,5 км. Повороты переступа	1	4.03	
72	Прохождение дистанции 1,5 км. Повороты переступанием.	1	5.03	
73	Дистанция 1 километр на результат. Эстафета на лыжах.	1	9.03	

74-	Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	1	11.03	
75	Строевые упражнения повторение .	1	12.03	
76-	Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	1		
	Эстафеты с мячам		16.03	
77		1		
78-	Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	1	18.03	
			19.03	
79	<i>Игра пионербол</i>	1		
80	Преодоление полосы препятствий.	1	1.04	

81-	Правила поведения на уроках физической культуры при выполнении бега, прыжков.	1	2/04	
82	Броски набивного мяча в цель.	1	6.04	
83	Броски набивного мяча в цель. Ведение мяча по прямой шагом.	1	8.04	
84-	Наклон вперед на результат.	1	9.04	
85	Ведение мяча бегом	1	13.04	
86-	Поднимание туловища на результат	1	15.04 16.04	

87	Броски мяча в щит, кольцо	1		
88-	Прыжки в длину с места на результат.	1	20.04	
89	Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега. <i>Комбинир. урок</i>	1	22.04	
90	Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на результат.	1	23.04	
91-	Прыжки в высоту с разбега.	1	27.04	
92	Челночный бег.	1	29.04	
93		1	30.04	
94-	Бег 30 метров с высокого старта.	1		
95	Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель. <i>Комбинир. урок</i>	1	4.05 6.05	
96	Подвижные игры с элементами единоборства	1	7.05	
97	Техника безопасности во время занятий плаванием. Вхождение в воду.	1	11.05	
98	Подводящие упражнения. Вхождение в воду.	1	13.05	
99	Подводящие упражнения. Передвижение по дну бассейна.	1	14.05	

100-101	Подводящие упражнения. Упражнения на всплытие, лежание и скольжение.	1	18.05	
	Подводящие упражнения. Упражнения на всплытие, лежание и скольжение	1	20.05	
102	Подводящие упражнения. Упражнения на согласование работы рук и ног. Проплытие дистанции произвольным способом.	1	21..05	