

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ИЗОБИЛЬНЕНСКАЯ ШКОЛА им.Э.У.Чалбаша»  
города АЛУШТЫ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

<p>«Рассмотрено» на заседании методического объединения протокол № 1 от « 30 » 08. 2018 г. <i>Ильин Г.Н.</i></p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора <i>Ильин Г.Н.</i> Ильин Г.Н. « 31 » 08. 2018 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МОУ «Изобильненская школа» <i>Юзбашева Е.П.</i> Юзбашева Е.П. Приказ №117-1 от « 31 » 08 , 2018г.</p>
--	--	---



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по предмету « Физическая культура »  
для 2 класса  
на 2018 – 2019 учебный год

Составитель:  
**Юзбашева Дилра Рамаганна,**  
учитель начальных классов,  
I квалификационной категории

#### Повинительная записка

Рабочая программа разработана на основе:

- о ФЭ РФ «Об образовании в Российской Федерации»;
- о Закона РФ «Об образовании»;
- о федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007г. № 329-ФЗ (ред. От 21.04.2011г.);
- о федерального государственного стандарта начального общего образования;
- о Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- о примерной программе начального общего образования по физической культуре, созданной на основе стандарта;

#### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРЕДМЕТА

Особенностью физической культуры как учебного предмета является ее деятельностный характер. Задача формирования представлений о физической культуре не является самоцелью, а знания, которые приобретает младший школьник, выступают средством развития его физической деятельности, овладения физической культурой как частью общей культуры человека. Процесс обучения структурируется в зависимости от этапа, целей, ставящихся на каждом из этапов обучения, и может быть связан с освоением того или иного способа физической деятельности, овладением физическим упражнением, развитием физических качеств и т.п. Для полноты реализации программного содержания, помимо уроков физической культуры как ведущей формы организации обучения, используются физкультурно-оздоровительные занятия в режиме учебного дня и учебной недели, спортивно-массовые мероприятия и педагогически организованные формы занятий после уроков (спортивные соревнования, спортивные праздники, спортивные кружки, занятия лечебной физической культурой).

При организации целостного образовательного процесса в начальной школе особое значение приобретают межпредметные связи: содержание физической культуры соотносится с содержанием таких учебных предметов, как окружающий мир, литературное чтение, математика и искусство. При этом, разрабатывая межпредметное содержание в структуре этих образовательных дисциплин, целесообразно ориентироваться на расширение и углубление знаний о физической культуре, закрепление общих учебных умений, навыков и способностей деятельности, которые формируются в процессе освоения школьниками содержания учебного предмета «Физическая культура». Это, касается, прежде всего, выполнения правил гигиены, здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья.

#### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По окончании изучения курса «Физическая культура» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

*Личностные результаты:*

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование устойчивой на безопасный, здоровый образ жизни;

*Метапредметные результаты:*

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в поставленной задаче и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее 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 учета интересов сторон и сотрудничества;
- 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 психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);



- формирование навыков систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и максим. темп и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших аэробических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

*По окончании начальной школы учащиеся должны уметь:*

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять (оценивать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие аэробические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

*Форма промежуточной аттестации - зачет*

**Количество часов**

*Рабочая программа рассчитана на 102 часа (в неделю-3)*

#### СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА (КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ И РАЗДЕЛЫ)

Согласно примерной программе на изучение физической культуры отводится 102 часа; по учебному плану МБОУ «СОШ №4» отводится 102 часа. Исход из этого, предполагается следующее распределение часов на прохождении программного материала по физической культуре:

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	Базовая часть	78
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Подвижные игры	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18

1.4	Легкоатлетические упражнения	21
1.5	Гимнастика с элементами акробатики	21
2	Варьативная часть	24
2.1	Подвижные игры с элементами мини-футбола	9
2.2	Подвижные игры с элементами баскетбола	10
2.3	Подвижные игры связанные с региональными и национальными особенностями	5
	<b>Итого</b>	<b>102</b>

Программа состоит из трех разделов:

- «Знания о физической культуре» (информационный компонент),
- «Способы физической деятельности» (операционный компонент) и
- «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (мелко-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).  
 Раздел «Способы физической деятельности» соотносится с представленными о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

#### Знания о физической культуре

##### Физическая культура

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

##### Из истории физической культуры

История древних Олимпийских игр: миф о Геракле и возникновение первых спортивных соревнований, появление мяча и игр с мячом. Физические упражнения, их отличие от обычных движений, связь с физическим развитием и развитием физических качеств. Характеристики основных физических качеств силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Закладывание организма, его значение в укреплении здоровья человека.

##### Физические упражнения

Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: сила, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

##### Способы физической деятельности

###### Самостоятельные занятия

Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

###### Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью

Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

###### Самостоятельные игры и развлечения



Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).  
Физическое совершенствование

*Физическая подготовительная деятельность*

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультурных минут, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

*Гимнастика с основами акробатики*

Организуемые команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

*Акробатические упражнения*: из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полу поворот назад в стойку на коленях. *Гимнастические упражнения*: приседания туловища вперед, упражнения на изгиб перекладина — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

*Легкая атлетика* равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов. *Метание. Пряжки*: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по

#### Календарно-тематическое планирование

№ урока, занятия	Тема урока (раздела, занятия)	Кол-во часов	Дата проведения урока (раздела, занятия)		Примечание
			по плану	по факту	
1	<b>Вводный инструктаж. Техника безопасности на уроках физической культуры. Ходьба и бег.</b> Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Преодоление препятствий. Бег с ускорением 20м. Игра «Пятнашки»	1	03.09		
2	<b>Ходьба и бег</b> Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	1	06.09		
3	<b>Ходьба и бег</b> Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	1	07.09		
4	<b>Ходьба и бег</b> Разновидности ходьбы. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей	1	10.09		
5	<b>Ходьба и бег</b> Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей	1	13.09		
6	<b>Ходьба и бег</b> Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередуемые ходьбы и бег (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	1	14.09		
7	<b>Пряжки</b> Пряжки с поворотом на 180. Пряжки в ленту с робота 3-5 шагов. Пряжки с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие координации	1	17.09		
8	<b>Пряжки</b> Пряжки с поворотом на 180. Пряжки в ленту с робота 3-5 шагов. Пряжки с места до 40 см. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных способностей	1	30.09		

9	Игры Прыжки в высоту. Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных способностей	1	21.09	
10	Метание. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2x2 м) с расстояния 4-5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	24.09	
11	Метание. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2x2 м) с расстояния 4-5 м. Метание набивного мяча. Эстафеты.	1		
12	Урок – игра «Самый меткий» Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2x2 м) с расстояния 4-5 м. Метание набивного мяча. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления».	1		
13	<i>Подвижные игры (15 часов)</i> Физическая культура, как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Подвижные игры ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
14	Мозг и нервная система. Подвижные игры ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
15	Подвижные игры ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
16	Подвижные игры ОРУ. Игры: «Птишки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
17	Подвижные игры ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
18	Подвижные игры ОРУ. Игры: «Птишки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
19	Подвижные игры ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
20	Подвижные игры ОРУ. Игры: «Попади в мяч», «Веревочка под ногою». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
21	Подвижные игры ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
22	Подвижные игры ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
23	Подвижные игры ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
24	Подвижные игры ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
25	Подвижные игры ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
26	Подвижные игры ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		



37	Подвижные игры ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры», «Точный расчет», Эстафеты. Развитие координационных способностей	1			
38	Акробатика. Строевые упражнения Инструктаж по ТБ Размакание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Развитие координационных способностей.	1			
39	Оценка и комплексы упражнений по профилактике ее нарушения. Акробатика. Строевые упражнения.Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону.	1			
30	Акробатика. Строевые упражнения Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону.	1			
31	Акробатика. Строевые упражненияВыполнение комбинации из разученных элементов. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. Развитие координационных способностей	+1			
32	Акробатика. Строевые упражнения Размакание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону.	1			
33	Акробатика. Строевые упражнения Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. Игра «Фигуры»	1			
34	Висы. Строевые упражнения Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Игра «Змейка».	1			
35	Висы. Строевые упражнения Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног.	1			
36	Висы. Строевые упражнения Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка».	1			
37	Висы. Строевые упражнения Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка».	1			
38	Висы. Строевые упражнения Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке	1			

	подтягивание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с препятствиями. Игра «Бельеры».					
39	Висы. Стрелковые упражнения Перелазание в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. Подтягивание в висе. Развитие силовых способностей.	1				
40	Опорный прыжок. Лазанье и перелезание. ОРУ в движении. Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазанье по гимнастической стенке с одновременным перешагом рук и перестановкой рук. Игра «Иголка и ниточка».	1				
41	Опорный прыжок. Лазанье и перелезание. ОРУ в движении. Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Кто приподнялся?». Развитие координационных способностей	1				
42	Опорный прыжок. Лазанье и перелезание. ОРУ в движении. Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазанье по гимнастической стенке с одновременным перешагом рук и перестановкой рук. Развитие координационных способностей	1				
43	Опорный прыжок. Лазанье и перелезание Стойка на двух и одной ноге на бревне. Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Перелезание через коня, бревно.	1				
44	Опорный прыжок. Лазанье и перелезание. Переподтягивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. Лазанье по гимнастической стенке с одновременным перешагом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигналы».	1				
45	Опорный прыжок. Лазанье и перелезание ОРУ в движении. Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Перелезание через коня, бревно. Игра «Иголка и ниточка».	1				
	<i>Подвижные игры (3 часа)</i>					
46	Подвижные игры Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1				
47	Подвижные игры Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1				
48	Подвижные игры Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1				
49	Лесная атлетика Ходьба и бег Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Челночный	1				





65	Подвижные игры ОРУ. Игры: «Патлашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
66	Подвижные игры ОРУ. Игры: «Последняя картошка», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
67	Подвижные игры ОРУ. Игры: «Попал в мич», «Верёвочка под погнили». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
68	Подвижные игры ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
69	Подвижные игры ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1		
70	Беседа: «Вода и питьевой режим» Подвижные игры с элементами мини-футбола Инструктаж по ТБ. Стойки и перемещение игрока. Остановки и повороты. Ведение мяча по прямой с остановками. Игра «Точная передача». Правила игры в «мини-футбол»	1		
71	Подвижные игры с элементами мини-футбола Стойки и перемещение игрока. Остановки и повороты. Ведение мяча по прямой с остановками. Игра «Точная передача».	1		
72	Подвижные игры с элементами мини-футбола Стойки и перемещение игрока. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу, игра в «мини-футбол»	1		
73	Подвижные игры с элементами мини-футбола Стойки и перемещение игрока. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу, игра в «мини-футбол»	1		
74	Подвижные игры с элементами мини-футбола Стойки и перемещение игрока. Остановки и повороты. Ведение мяча по прямой с остановками. Игра «Точная передача».	1		
75	Подвижные игры с элементами мини-футбола Стойки и перемещение игрока. Остановки и повороты. Ведение мяча по прямой с остановками. Игра «Точная передача».	1		
76	Подвижные игры с элементами мини-футбола Стойки и перемещение игрока. Остановки и повороты. Ведение мяча по прямой с остановками. Игра «Точная передача».	1		
77	Подвижные игры с элементами мини-футбола Стойки и перемещение игрока. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу, игра в «мини-футбол»	1		
78	Подвижные игры с элементами мини-футбола Стойки и перемещение игрока. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу, игра в «мини-футбол»	1		
<i>Подвижные игры с элементами баскетбола (10 часов)</i>				
79	Беседа: «Режим дня и личная гигиена» Развитие скоростно-силовых способностей. П/и «Вызов номеров»	1		
80	Эстафеты и игры с малым мячом.	1		
81	Упражнения с малым мячом в паре. П/и «Два мяча».	1		
82	Ведение мяча в паре, в колонии. П/и «Перелет игло»	1		



83	Беседа: «История спортивных игр», Ведение мяча, Ловля и передача мяча.	1		
84	Упражнения с баскетбольным мячом. П/и «Играй, играй, мяч не теряй»	1		
85	Реакция на летящий мяч. П/и «Мяч водящему».	1		
86	Упражнения с мячами в подвижных играх. П/и «У кого меньше мячей?», «Мяч в обруч».	1		
87	Развитие ловкости при броске мяча в корзину. П/и «Ноги от земли».	1		
88	Ведение мяча в движении. П/и «Угадай, чей голосок?»	1		
89	Беседа: «Типы и питательные вещества». Национальные народные игры ОРУ. Игры «Займи место» (Буш урын), «Хлопушки» (Абакле), «Продаем горчицу» (Чулмак усны).	1		
90	Национальные народные игры ОРУ. Игры «Займи место» (Буш урын), «Хлопушки» (Абакле), «Продаем горчицу» (Чулмак усны).	1		
91	Национальные народные игры ОРУ. Игры «Займи место» (Буш урын), «Хлопушки» (Абакле), «Продаем горчицу» (Чулмак усны).	1		
92	Национальные народные игры Подвижные игры: «Выталкивание из круга», «Бой петухов», «Перегибание в парке». Развитие координационных способностей.	1		
93	Национальные народные игры Подвижные игры: «Выталкивание из круга» «Часовые разведчики», «Перетягивание в парке» Малая сабантуй.	1		
94	Т/б на уроках легкой атлетики. Челночный бег, прыжки со скакалкой, метание в цель. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м.	1		
95	Развитие быстроты Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятиники» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	1		
96	Развивать скорость в круговых эстафетах до 20 м. Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий.	1		
97	Бег с препятствиями.	1		
98	Прыжки Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3-5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег.	1		
99	Прыжки Прыжок в длину с разбега 3-5 шагов. Прыжок в высоту с 4-5 шагов разбега. Игра «К своим флажкам». Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	1		
100	Развитие скоростно-силовых способностей. Метание в горизонтальную и вертикальную цель.	1		
101	Метание Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2x2 м) с	1		

	расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей			
102	Кроссовая подготовка. П/л «Пятнашки».			

### Нормы оценок (Критерии оценивания)

*Критерии и нормы оценок знаний обучающихся*

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся, классификация травм и недомоганий, влияющих на спортивные 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, «спустить» при приземлении.

*Значительные ошибки* – это такие, которые не вызывают особого воздействия на структуру движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предопределенного нормального. 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 (оценки)*

*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 выполненных 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, лезанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

### Уровень физической подготовленности 2 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	Мальчики	Низкий	Высокий	Девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7
Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не стбав ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					



