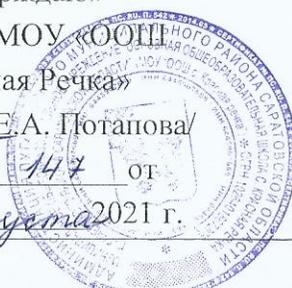


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа с. Красная Речка
Пугачёвского района Саратовской области»

<p>«Согласовано» Руководитель ШМО <i>Батиц</i> /О.В. Батищева/ Протокол № <u>1</u> от «<u>24</u>» <u>августа</u> 2021 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР МОУ «ООШ с. Красная Речка» <i>Уд</i> /Т.А. Удачина/ «<u>25</u>» <u>августа</u> 2021 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МОУ «ООШ с. Красная Речка» <i>Потапова</i> /Е.А. Потапова/ Приказ № <u>147</u> от «<u>16</u>» <u>августа</u> 2021 г.</p> 
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Рабочая программа
педагога Батищевой Ольги Васильевны
учителя начальных классов
первой квалификационной категории
по физической культуре, 2 класс

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 9 от
«26» августа 2021 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа предмета «Физическая культура» разработана на основе авторской программы Петрова Т.В., Копылова Ю.А. (Сборник программ к комплекту учебников «Начальная школа XXI века» под редакцией Н.Ф. Виноградовой). Соответствует Федеральному компоненту государственных образовательных стандартов начального и общего образования 2009 года и соответствует учебному плану школы. Адаптирована учителем начальных классов Батищевой О.В. для учащихся 2 класса МОУ ООШ с.Красная Речка на 2021-2022 уч.год.

Реализация учебной программы обеспечивается учебным пособием «Физическая культура» (учебник для учащихся общеобразовательных учреждений, 1-2 класс./ Т.В.Петрова, Ю.А.Копылов, Н.В.Полянская – М.: Вентана-Граф, 2011

Физическая культура является неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса в школе. В Основных направлениях реформы общеобразовательной и профессиональной школы поставлены задачи по подготовке физически развитого, здорового, жизнерадостного молодого поколения, готового к труду и защите Родины; подчеркивается необходимость организации ежедневных занятий всех учащихся физической культурой на уроках, во внеучебное время.

В соответствии с требованиями, выдвинутыми реформой школы, в настоящей программе предусматривается решение связанных между собой оздоровительных, образовательных и воспитательных задач:

- содействие гармоническому развитию учащихся, укреплению здоровья, закаливанию растущего организма;
- вооружение учащихся необходимыми знаниями по физической культуре, двигательными умениями и навыками;
- воспитание физических, нравственных и морально-волевых качеств, культуры поведения;
- привитие устойчивого интереса и потребности к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом.

В программе рекомендуется использование игры как средства обучения тем движениям, которые изучаются в разделах гимнастики, легкой атлетики и лыжной подготовки, Особенно необходимы игры на этапе начального освоения физических упражнений. Неоднократное повторение двигательных действий в играх поможет учащимся в последующем легче перестраиваться при углубленном изучении техники движений, экономно их выполнять в различных игровых ситуациях, применять приобретенные навыки в нестандартных условиях. Именно поэтому игровые упражнения и подвижные игры вошли составной частью во все разделы учебной программы и стали основой обучения предусмотренным программой двигательным умениям и навыкам.

На уроках физической культуры необходимо осуществлять дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся. Для этого надо знать физическое развитие и физическую подготовленность учеников, их функциональные возможности, данные медицинского осмотра, результаты педагогических наблюдений. Учитывая психологические возможности младших школьников, уроки физической культуры следует строить на фоне положительных эмоций учащихся, активного использования игрового метода.

При проведении уроков физической культуры необходимо строго соблюдать нормы санитарно- гигиенического состояния мест занятий. Уроки должны проводиться при соответствующих температурных нормах в основном на открытом воздухе (пришкольные площадки,

стадион) и на естественной местности. Уроки в зимний период проводятся в тихую погоду или при слабом ветре при температуре не ниже -12°C (для средней зоны РФ). В других климатических зонах температурные режимы устанавливаются местными органами народного образования и здравоохранения согласно имеющимся инструкциям. В помещении, где проводятся занятия, температура воздуха должна быть не менее +14°C.

В ходе уроков необходимо придерживаться правил безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательной школе.

На уроках физической культуры учащиеся должны заниматься в спортивной одежде и обуви.

Уроки являются основной формой, обеспечивающей всем учащимся определенный уровень физической подготовленности. Однако в работе с младшими школьниками необходимо максимально использовать все возможности внеклассной и внешкольной деятельности по физической культуре и спорту. Они должны способствовать привлечению всех учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом во внеурочное время.

В соответствии с учебным планом на изучение предмета «Физическая культура» во 2 классе отводится 3 часа в неделю или 98 часов в год.

Реализация данной программы способствует использованию разнообразных форм организации учебного процесса, внедрению современных методов обучения и педагогических технологий.

Срок реализации программы – 1 год.

В авторскую программу изменения не внесены.

Учебно-тематическое планирование по физической культуре

Класс 2

Учитель Батищева Ольга Васильевна

Количество часов

Всего 98 часов; в неделю 3 часа

Плановых контрольных уроков 2

Планирование составлено на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (2009);
- Общеобразовательной программы УМК «Начальная школа XXI века»;
- Авторской программы Т.В.Петровой, Ю.А.Копылова по физической культуре;
- Физическая культура: 1-2 классы: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений / Т.В.Петрова, Ю.А.Копылов, Н.В.Полянская, С.С.Петров.- М.: Вентана-Граф, 2015 г.

№ п/п	Наименование разделов и тем уроков	Колич. часов	Дата		ИКТ, оснащённость урока	Примечание
			план	факт		
	Лёгкая атлетика	11				
1	Разучивание положения низкий старт. Инструкция по ТБ. Игра «Салки – ноги от земли»	1	02.09		Секундомер, спортплощадка, ЖУР	
2, 3	Совершенствование техники низкого старта с преследованием. Игра «Кошки – мышки»	2	07.09 08.09		Секундомер, спортплощадка	
4	Закрепление техники низкого старта с преследованием.	1	09.09		Секундомер, спортплощадка, кегли	
5	Разучивание техники бега на 30м из положения низкий старт. Игра «Зайчик»	1	14.09		Секундомер, спортплощадка, мячи	
6	Бег 30 м. Зачёт. Игра «Салки – ноги от земли»	1	15.09			
7	Разучивание техники высокого старта с преследованием.	1	16.09		Секундомер, спортплощадка, кегли	
8,9	Совершенствование техники высоко старта с преследованием.	2	21.09 22.09			
10	Бег 60м из положения высокий старт. Зачёт.	1	23.09			
11	Подвижные игры на спортивной площадке «Кто обгонит?», «Перемена мест»	1	28.09		Мячи, кегли, спортплощадка	
	Баскетбол	14				
12	Разучивание техники ведения мяча. Игра «Салки – ноги от земли»	1	29.09		Мячи, спортплощадка	
13-15	Совершенствование техники ведения мяча. Игры «Зайчик», «Перемена мест»	3	30.09 05.10 06.10		Мячи, спортплощадка	
16	Закрепление техники ведения мяча. Игра «Невод»	1	07.10		Мячи, спортплощадка	
17, 18	Разучивание техники ведения мяча спиной вперед. «Перемена мест»	2	12.10 13.10		Мячи, спортплощадка, кегли	
19, 20	Совершенствование техники ведения мяча спиной вперед. Игры «Зайчик», «Перемена мест»	2	14.10 19.10		Мячи, спортзал, кегли	
21	Разучивание техники ведения мяча с изменением направления	1	20.10		Мячи, спортзал	
22-23	Совершенствование техники ведения мяча с изменением направления.	2	21.10 26.10		Мячи, спортзал	

24, 25	Подвижные игры на улице.	2	27.10 28.10		Мячи, спортзал, кегли, обручи	
	Гимнастика	14				
26	Разучивание техники кувырка вперед. Инструктаж по ТБ.	1	09.11		Спортзал, маты, мячи	
27	Совершенствование техники кувырка вперед	1	10.11		Спортзал, маты, мячи	
28	Закрепление техники кувырка вперед	1	11.11		Спортзал, маты, мячи	
29	Разучивание техники кувырка назад	1	16.11		Спортзал, маты	
30	Совершенствование техники кувырка назад	1	17.11		Спортзал, маты	
31	Закрепление техники кувырка назад	1	18.11		Спортзал, маты	
32	Разучивание техники кувырка назад и выхода в стойку на лопатках.	1	23.11		Спортзал, маты	
33	Совершенствование техники кувырка назад и выхода в стойку на лопатках.	1	24.11			
34	Разучивание комплекса упражнений для профилактики нарушений осанки.	1	25.11		Мячи, обручи, маты	
35	Закрепление техники кувырка назад и выхода в стойку на лопатках.	1	30.11		Мячи, обручи, маты	
36	Соединение элементов . Зачёт.	1	01.12		Спортзал, маты	
37	Разучивание техники опорного прыжка через козла ноги врозь в ширину	1	02.12		Спортзал, козёл, маты, ЖУР	
38-39	Совершенствование техники опорного прыжка через козла ноги врозь в ширину	2	07.12 08.12		Спортзал, козёл, маты, ЖУР	
	Подвижные игры	12				
40	Разучивание техники игры в пионербол	1	09.12		Мячи	
41	Разучивание расстановки игроков при игре в пионербол	1	14.12		Мячи	
42	Разучивание техники атакующего удара в пионерболе	1	15.12		Мячи	
43- 44	Закрепление техники игры в пионербол	2	16.12 21.12		Мячи	
45	Пионербол. Контрольный урок.	1	22.12		Мячи	
46	Разучивание техники эстафетного бега с палочкой с этапом до 30 метров	1	23.12		Эстафетная палочка, кегли, обручи	

47 - 48	Совершенствование техники эстафетного бега с палочкой с этапом до 30 метров	2	28.12 11.01		Эстафетная палочка, кегли, обручи	
49	Разучивание техники эстафетного бега с ведением мяча	1	12.01		Эстафетная палочка, кегли, обручи, мячи	
50,51	Совершенствование техники эстафетного бега с ведением мяча	2	13.01 18.01		Эстафетная палочка, кегли, обручи, мячи	
	Баскетбол	25				
52	Разучивание техники броска по кольцу	1	19.01		Мячи	
53, 54	Совершенствование техники ведения мяча	2	20.01 25.01		Мячи	
55	Бросок по кольцу. Зачёт.	1	26.01		Мячи	
56	Разучивание техники броска по кольцу после ведения	1	27.01		Мячи	
57, 58	Совершенствование техники броска по кольцу после ведения	2	01.02 02.02		Мячи	
59	Бросок по кольцу после ведения . Зачёт.	1	03.02		Мячи	
60	Разучивание техники броска по кольцу после ведения мяча змейкой	1	08.02		Мячи	
61,62	Совершенствование техники броска по кольцу после ведения мяча змейкой	2	09.02 10.02		Мячи	
63	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты.	1	15.02		Эстафетная палочка, кегли, обручи, мячи	
64	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты.	1	16.12		Эстафетная палочка, кегли, обручи, мячи	
65	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игры.	1	17.02		Эстафетная палочка, кегли, обручи, мячи	
66,67	Ведение мяча левой и правой рукой в движении. Эстафеты.	2	22.02 24.02		Мячи, секундомер, скакалки	
68	Ловля и передача мяча в кругу, ведение мяча правой и левой рукой в движении. Эстафеты.	1	01.03		Эстафетная палочка, кегли, обручи, мячи	
69- 71	Игра «Мяч ловцу». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей.	3	02.03 03.03 09.03		Мячи	
72	Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Эстафеты.	1	10.03		Эстафетная палочка, кегли, обручи, мячи	

73	Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра «Снайперы»	1	15.03		Мячи	
74- 75	Игра в мини-баскетбол. Игра координационных способностей.	2	16.03 17.03		Мячи	
76	Зачёт. Подвижные игры.	1	22.03		Кегли, обручи, мячи	
	Лёгкая атлетика	25				
77,78	Совершенствование техники низкого старта с преследованием	2	23.03 05.04			
79-81	Совершенствование техник высокого старта с преследованием	3	06.04 07.04 12.04			
82	Разучивание техники бега до 500 метров	1	13.04			
83,84	Совершенствование техники бега до 500 метров	2	14.04 19.04			
85,86	Разучивание техники прыжка в длину с разбега	2	20.04 21.04			
87	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	1	26.04			
88	Прыжок в длину с разбега. Зачёт.	1	27.04			
89, 90	Подвижные игры на свежем воздухе	2	28.04 04.05		Эстафетная палочка, кегли, обручи, мячи	
91	Разучивание техники медленного бега до 4 минут (1 мин)	1	05.05			
92	Разучивание комплекса упражнений для нарушения осанки.	1	11.05			
93, 94	Совершенствование техники медленного бега до 4 минут (2 минуты)	2	12.05 17.05			
95, 96	Совершенствование техники медленного бега до 4 минут (4 минуты)	2	18.05 19.05			
97	Игры на внимание.	1	24.05		Эстафетная палочка, кегли, обручи, мячи	
98	Бросок мяча в горизонтальную цель. Бросок мяча на дальность.	1	25.05		Мячи	
	Итого:	98 ч.				

Содержание тем учебного курса

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов	Формируемые УУД
1	Теория	6	<p>Личностные:</p> <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 интересы. <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знания по истории и развития спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами; - знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации; - знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни <p>Метапредметные:</p> <p><i>Познавательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать ФК как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; - контролировать и оценивать результат и процесс деятельности; - планировать спортивные занятия в режиме дня, организовывать отдых и досуг в течение дня с использованием средств физической культуры. <p><i>Коммуникативные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения;

			<ul style="list-style-type: none"> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач; - контролировать свои действия. <p><i>Регулятивные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей;
2	Легкая атлетика	44	<p><i>Личностные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы; - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. <p><i>Предметные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.); - формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития (длиной, массой тела и др.), показателями развития основных двигательных качеств. <p><i>Метапредметные:</i></p> <p><i>Познавательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение бега на 30 м с высокого старта; повторение техники высокого старта; соблюдение правил безопасности на занятиях по легкой атлетике; - выполнение беговой разминки; повторение техники челночного бега; - измерение физической подготовленности (быстрота, выносливость),

			<p>систематическое наблюдение за ее динамикой;</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнение строевых упражнений, бега с изменением темпа, разминки с мячом, метания мяча на дальность; -выполнение беговых упражнений из различных исходных положений, упражнения на развитие координации движения, -выполнение строевых упражнений на месте, разминки с мешочками, подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, упражнения на запоминание временного отрезка; -выполнение разминки на развитие гибкости, ходьбы и бега с заданием, <p><i>Регулятивные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; -адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; <p><i>Коммуникативные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; -контролировать действия партнера.
3	Гимнастика	43	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.); - формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок,

			<p>показателями физического развития (длиной, массой тела и др.), показателями развития основных двигательных качеств.</p> <p>Метапредметные:</p> <p><i>Познавательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнение строевых команд, разминки с обручами, вращения обруча на поясе, на полу, пролезания сквозь катящийся обруч, круговой тренировки; -соблюдение правил безопасности на занятии; -выполнение разминки на скамейках, виса на гимнастической стенке, упражнений со скакалками; -выполнение акробатических упражнений; <p><i>Коммуникативные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; <p><i>Регулятивные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; -учитывать правило в планировании способа решения; -осуществлять итоговый и пошаговый контроль; -адекватно воспринимать оценку учителя
4	Подвижные игры	9	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; - формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.); - формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития (длиной, массой тела и др.), показателями развития основных двигательных качеств.

			<p>Метапредметные:</p> <p><i>Познавательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнение разминки, направленной на развитие координации движений, технику «оленьего» бега, упражнения на внимание; - выполнение подвижной игры «Мышеловка», «Салки», «Медведи и пчелы», «Ловля обезьян»; - выбор подвижных игр (по желанию); - подведение итогов; <p><i>Коммуникативные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; - контролировать действия партнера. <p><i>Регулятивные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; - адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки.
--	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Теория (6 ч)

Знания о физической культуре

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

Способы физкультурной деятельности

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

Физическое совершенствование (95 ч)

Гимнастика с основами акробатики(43 ч)

Организирующие 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 полупереворот назад в стойку на коленях.

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

Легкая атлетика (43 ч)

Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.

Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

Подвижные игры (9 ч)

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веребочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой».

Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Планируемые результаты обучения

Метапредметные результаты

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Личностные результаты

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Учебно – методическое обеспечение:

Программа «Физическая культура» Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С.Петров.М.: Вентана - Граф, 2013 г.

Физическая культура.Учебник 1-2 классы. Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. ПолянскаяМ.: Вентана - Граф, 2013 г.

Физическая культура.Учебник 3-4 классы. Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. ПолянскаяМ.: Вентана - Граф, 2013 г.

Спортивный инвентарь

Мат гимнастический

Спортивный конь

Козёл гимнастический

Стенка гимнастическая

Скамейка гимнастическая жесткая (2м;4м).

Тренировочные баскетбольные щиты

Мячи: набивной 1 и 2 кг, мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные.

Скакалки детские

Кегли

Обручи

Флажки: разметочные с опорой, стартовые

Рулетка измерительная

Щит баскетбольный тренировочный

Волейбольная стойка универсальная

Сетка волейбольная

Технические средства обучения.

Компьютер.

Мультимедийная доска.

Аптечка