



Программа разработана в соответствии с Обязательным минимумом содержания образования школьников в области физической культуры и Минимальными требованиями к уровню подготовки учащихся начальной школы по физической культуре, на основе программы Физическая культура. 1-4 классы. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. ФГОС/ Авт. Лях В.И. – М., Просвещение, 2014

**Учебник:**

Лях В.И. Физическая культура. 1-4 кл. – М., Просвещение, 2014

Освоение физической культуры в начальной школе направлено на достижение следующих целей:

- укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости; обучение разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических и других физических упражнений общеразвивающей направленности;

- формирование умений проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня, воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;

- воспитание интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями; обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития (рост, вес, пульс и т.д.)

В соответствии с требованиями учебной программы по физическому воспитанию главными задачами для учителя являются:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоническому физическому развитию;

- развитие координационных способностей;

- формирование простейших знаний о личной гигиене, режиме дня;

- воспитание морально-волевых качеств;

- воспитание устойчивого интереса к двигательной активности;

- развитие умения контролировать уровень своей двигательной подготовленности.

Уроки физической культуры должны строиться на принципах демократизации, гуманизации, педагогике сотрудничества, личностного и деятельностного подходов, оптимизации учебно-воспитательного процесса.

На изучение физической культуры во 2 классе отводится 3 часа в неделю, всего – 102 часа за год.

**Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

№ п/п	Дата		Количество часов, отводимых на изучение темы	Тема урока
	2А	2Б		
1				Физическая культура, правила поведения на уроке физической культуры
<i><b>Раздел 1. Легкая атлетика (16 часов)</b></i>				
2			1	Правила поведения и ТБ на уроках физкультуры и легкой атлетики
3			1	Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей
4			1	Освоение навыков бега ,развитие скоростных способностей
5			1	Бег в чередовании с ходьбой до 150 м, с препятствиями.
6			1	Бег с ускорением 10-15м. беговые эстафеты
7			1	Скоростной бег 30 метров. Беговые эстафеты
8			1	Челночный бег 3х5м.
9			1	Прыжок в длину с места
10			1	Прыжки в длину с разбега
11			1	Эстафеты с элементами прыжка
12			1	Прыжки через скакалку
13			1	Овладение навыкам метание мяча в горизонтальную цель
14			1	Овладение навыкам метание мяча в вертикальную цель
15			1	Эстафеты с элементами метания
16			1	Бросок набивного мяча на заданное расстояние
17			1	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки
<i><b>Раздел 2. Спортивные игры (11 часов)</b></i>				
18			1	Правила поведения и ТБ на уроках подвижных игр
19			1	Стойки, передвижения с мячом
20			1	Ведение мяча правой, левой рукой
21			1	Ведение мяча в движении
22			1	Броски. Ловля мяча

23			1	Соревнования «Самый меткий баскетболист»
24			1	Веселые старты с освоенными элементами баскетбола
25			1	Подбрасывание и ловля мяча
26			1	Подбрасывание и ловля мяча в парах
27			1	Броски мяча одной рукой
28			1	Игра «Охотники и утки»
<b>Раздел 3. Подвижные игры (10 часов)</b>				
29			1	Игра «Перестрелка»
30			1	Игра «Заморозка»
31			1	Игра «Вороной конь»
32			1	Игра «кот и воробьи»
33			1	Игра «Два мороза»
34			1	Игра «Пятнашки»
35			1	Игра «День и ночь»
36			1	Игра «Карлики и великаны»
37			1	Игра «Охотники и утки»
38			1	История появления физических упражнений
<b>Раздел 4. Гимнастика (26 часов)</b>				
39			1	Группировки, перекаты в группировке
40			1	Кувырок вперед, в сторону
41			1	Стойка на лопатках согнув ноги
42			1	Стойка на одной ноге
43			1	Освоение строевых упражнений
44			1	Перекат назад из упора присев
45			1	Кувырок вперед, стойка на лопатках
46			1	Стойка на лопатках, перекат вперед в упор присев
47			1	Равновесие на скамейке, бревне
48			1	Опорный прыжок через козла
49			1	Поднимание прямых и согнутых ног в висе на гимнастической стенке
50			1	Упражнения в упоре на гимнастической скамейке
51			1	Перелезание через горку гимнастических матов
52			1	Лазание по гимнастической скамейке
53			1	Упражнения в висе на гимнастической стенке
54			1	Веселые старты с элементами гимнастики
55			1	Передача, ловля мяча
56			1	Игра «Самый точный бросок»

57			1	Ловля и передача мяча в парах
58			1	Ведение мяча по прямой шагом и бегом, змейкой
59			1	Игра «Школа мяча»
60			1	Эстафеты с элементами баскетбола
61			1	Физические упражнения и их влияние на физическое развитие человека
62			1	Эстафеты с ранее освоенными элементами баскетбола
63			1	«Самый лучший баскетболист»
64			1	Самостоятельные занятия, режим дня
<b><i>Раздел 5. Подвижные игры на основе спортивных игр (25 часов)</i></b>				
65			1	Ведение футбольного мяча шагом и бегом
66			1	Прием и остановка мяча
67			1	Эстафеты с футбольными мячами
68			1	Удар по катящемуся мячу
69			1	Прием мяча головой
70			1	Игра «Мини-футбол» по упрощенным правилам
71			1	Эстафеты с освоенными элементами мини-футбола
72			1	Мини-футбол по упрощенным правилам
73			1	Комплексы упражнений на развитие физических качеств
74			1	Игра «Самый дальний валанчик»
75			1	Игра в бадминтон в парах
76			1	Игра «Самый ловкий»
77			1	Игра «Набивной»
78			1	Эстафеты с теннисным мячом и ракеткой
79			1	Настольный теннис в парах
80			1	Веселые старты с элементами настольного тенниса
81			1	Игра «Горилки»
82			1	Игра «Город»
83			1	Игра «Горячее место»
84			1	Веселые старты
85			1	«Перестрелка»
86			1	Передача мяча в парах
87			1	Игра «Самый ловкий игрок»
88			1	Игра «Самый меткий»
89			1	Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью
<b><i>Раздел 6. Легкая атлетика (13 часов)</i></b>				

<b>90</b>			<b>1</b>	Правила поведения и ТБ на уроках физкультуры и легкой атлетики
<b>91</b>			<b>1</b>	Бег в чередовании с ходьбой
<b>92</b>			<b>1</b>	Бег с ускорением 10-15 метров. Беговые эстафеты
<b>93</b>			<b>1</b>	Челночный бег 3x5 м
<b>94</b>			<b>1</b>	Бег с изменением направления. Беговые эстафеты
<b>95</b>			<b>1</b>	Бег 60 м (на результат)
<b>96</b>			<b>1</b>	Прыжок в длину с места
<b>97</b>			<b>1</b>	Прыжки через препятствия
<b>98</b>			<b>1</b>	Прыжки через скакалку
<b>99</b>			<b>1</b>	Метание мяча с места
<b>100</b>			<b>1</b>	Метание мяча с разбега
<b>101</b>			<b>1</b>	Метание мяча в цель
<b>102</b>			<b>1</b>	Броски больших и малых мячей на дальность