

Министерство образования и молодежной политики Чувашской Республики Государственное  
автономное профессиональное образовательное учреждение  
Чувашской Республики  
«Цивильский аграрно-технологический техникум»

УКП при ФКУ \_\_\_\_\_ ИК-5 \_\_\_\_\_ УФСИН России по Чувашской Республике-Чувашии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
на 2018 – 2019 учебный год

Предмет: Физическая культура

Учитель: Огурцова А.Н.

Класс: 2

Количество часов: 9 часов, в неделю – 0,25



## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего образования, требованиями ООП МОУ Майской СОШ, составленной на основании примерной программы по физической культуре и авторской программы «Физическая культура» В.И.Лях, А.А.Зданевич. Рабочие программы. *1-4 класс* М.: «Просвещение», 2011г

**Целью** школьного физического воспитания является формирование разносторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих **задач**:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазанье, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам, контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

На изучение курса «Физическая культура» в 4 классе начальной школы отводится 0,25 ч в неделю (36 учебные недели).

### **Результаты изучения учебного предмета**

#### ***Личностные результаты:***

Формирование чувства гордости за свою родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности.

Формирование уважительного отношения к культуре других народов

Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося

Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Формирование этических потребностей, ценностей и чувств

Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные результаты:**

Овладение принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления

Формирование умения планировать, контролировать, и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата

Определение общей цели и пути 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 решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества

Овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием учебного предмета

Овладение базовыми, предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи между объектами и процессами.

**Предметные результаты:**

Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального, психического), о ее позитивном влиянии на человека (физическое, эмоциональное, интеллектуальное, 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)

Формирование навыка наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела, ) показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации)

**Тематическое планирование по физической культуре во 2 классе**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Спортивная одежда и обувь.	1
2	Правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.	1
3	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физминуток.	1
4	Самоконтроль. Частота сердечных сокращений, способы ее измерения.	1
5	ТБ на занятиях с подвижными играми. Правила подвижных игр.	1

6	Твой организм. Строение тела. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышц живота и спины.	1
7	Упражнения для формирования укрепления мышц живота и спины.	1
8	Разнообразные формы занятий физическими упражнениями по укреплению осанки	1
9	Профилактика утомления (дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз)	1

### Список литературы

#### Для учителя

- Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов. – М.: Просвещение, 2013
- Лях В. И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1- 4 кл. – М.: Просвещение, 2013
- Требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и рекомендации по их реализации в общеобразовательном учреждении.
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.