

Аннотация к рабочей программе по физической культуре

2 класс

1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Предмет физическая культура включён в базовую часть Федерального базисного учебного плана для образовательных учреждений Российской Федерации.

Рабочая программа составлена на основании документов:

- требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования, утвержденный МО РФ от 17.12.2010 г. № 1897;
- концепции духовно – нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- закона «Об образовании Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273.
- федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020г.;
- образовательной программы МОУ «Основная общеобразовательная школа с. Акурай»;
- положением о рабочей программе МОУ «Основная общеобразовательная школа с. Акурай»;
- федеральным перечнем учебников от 31.03.2014 г. № 253.
- Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях РФ, реализующих основные общеобразовательные программы от 24 декабря 2018г.
- Данная программа ориентирована на использование учебника:
- Физическая культура, 1-4 класс. Автор: Лях В. И., М.: «Просвещение», 2016

Рабочая программа рассчитана на 102 учебных часа: 3 учебных часа в неделю, 34 учебные недели.

2. Цель изучения дисциплины

Формирование разносторонне - физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

3. Структура дисциплины

Учебная дисциплина «Физическая культура» включает следующие дидактические единицы, интегрирующие тематику учебного материала:

3.1. основы здорового образа и стиля жизни;

3.2. оздоровительные системы и спорт (теория, методика и практика)

Учебный материал каждой дидактической единицы дифференцирован через следующие разделы программы:

- теоретический, формирующий мировоззренческую систему практических знаний и отношение к физической культуре;

- практический, состоящий из трех подразделов:

учебно-тренировочный – содействует приобретению опыта творческой, практической деятельности, развитию самостоятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленному формированию качеств и свойств личности;

самостоятельная работа под руководством преподавателя (участие в спортивно-массовых мероприятиях) - содействует приобретению опыта участия в соревновательной деятельности в целях общей и специальной физической подготовки учеников, приобщения к спорту, а также направленному формированию качеств и свойств личности;

контрольный - определяющий дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности учащихся.

4. Образовательные технологии

Осуществление целей образовательной программы начального обучения обусловлено использованием в образовательном процессе следующих технологий:

- Классно-урочная
- Индивидуальные

- Групповые
- Дифференцированного обучения
- Объяснительно-иллюстративные
- Развивающего обучения
- Информационные
- Игровые

5. Требования к результатам освоения дисциплины

Легкая атлетика: Основная стойка, выполнение команд «Смирно!», Построение в колонну. Комплекс утренней гимнастики. Ходьба в приседе, полуприседе, на носках, на пятках. Различные эстафеты с предметами. Бег 30м с произвольного старта. Медленный бег до 4 мин. Прыжки на обеих ногах на месте, с продвижением вперед. Поочередно на правой и левой ногах. Прыжок в длину с места. Бег 60 м. Прыжок в длину с места. Бросок набивного мяча /1 кг. Челночный бег 3*10.Шестиминутный бег. Наклоны вперед из положения, сидя на полу. Преодоление полосы препятствий. Многоскоки с ноги на ногу. Прыжки в длину с места. Прыжки в длину с разбега. Метание малого мяча на дальность. Метание мяча в вертикальную цель с места. Прыжки через скакалку.

Обучающийся должен уметь: основы движений в ходьбе, беге, прыжках; бег с максимальной скоростью до 30 м; бег в равномерном темпе до 10 мин; старты из различных исходных положений; полоса из 3-5 препятствий. Чередование ходьбы и бега. Метания на дальность и меткость: метание небольших предметов весом до 150 г на дальность из разных исходных положений правой и левой рукой; броски малого мяча в цель. Прыгать в длину с места, способом согнув ноги и в высоту способом перешагивание.

Подвижные и спортивные игры: Подвижные игры— усовершенствуют свои навыки в подвижных играх: «Ловишка», «Салки», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Салки с резиновыми кружочками», «Салки с резиновыми кольцами», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики», «Командные хвостики», «Флаг на башне», «Бездомный заяц», «Вышибалы», «Волк во рву», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Кот и мыши», «Осада города», «Ночная охота», «Удочка», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Медведи и пчелы», «Шмель», «Ловишка смешочком на голове», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охотник и утки», «Охотник и зайцы», «Ловишка на хобах», «Забросай противника мячами», «Точно в цель», «Вышибалы через сетку», «Собачки», «Земля, вода, воздух», «Воробы — вороны», «Антивышибалы», мини баскетбол. Ловля мяча двумя руками. Передача мяча от груди, снизу, сверху. Ведение мяча в быстром темпе. Передача мяча двумя руками от груди. Броски в кольцо снизу с 3м. Передача мяча в тройках с перемещением. Передача мяча после отскока от пола. «Перестрелка». Эстафеты «Веселые старты». Круговые эстафеты. Линейные эстафеты с этапом до 30м. выполнять броски и ловлю мяча различными способами, через волейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», технике ведения мяча правой и левой рукой

Обучающийся должен уметь: Обучающийся должен уметь: Играть в различные игры, участвовать в эстафетах.

Гимнастика: Лазание по гимнастической скамейке. По наклонной скамейке. Подтягивание из положения лежа на наклонной скамейке. Эстафеты с лазанием и перелезанием. Положение «Упор присев». Стойки на носках на гимнастической скамейке. Перекаты вперед и назад в группировке. Перекаты на спину из положения, лежа на животе. Упражнения на гимнастической стенке. Ходьба по скамейке с перешагиванием через мячи. Группировка.

Обучающийся должен уметь: выполнять строевые упражнения; основные положения и движения рук, ног, туловища без предметов и с предметами (большим и малым мячами, обручем, набивным мячом весом 1 кг, ходьба по гимнастической скамейке; висы и упоры; прыжки через скакалку).

Спортивные игры (упражнения и эстафеты с волейбольшим и баскетбольшим мячами).

Обучающийся должен знать: рассказывать, что такое физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 2 класса должны иметь представление:

о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

о способах изменения направления и скорости движения;

о режиме дня и личной гигиене;

о правилах составления комплексов утренней зарядки;

уметь:

выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

играть в подвижные игры;

выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

выполнять строевые упражнения;

демонстрировать уровень физической подготовленности

6. Форма контроля: Контроль и учёт достижений учащихся без отметочной системы и направлен на диагностирование образовательного результата освоения программы начального образования.