

 Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для 2 класса разработана в соответствии с требованиями «Федерального компонента Государственного стандарта начального общего образования второго поколения на основе авторской программы «Физическая культура» Р.И.Тарнопольская, Б.И.Мишин. Смоленск: Ассоциация XXI век, 2011.

**Пояснительная записка.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Роль и место данной программы. | Назначение курса «Физическая культура « состоит в том, чтобы обеспечить двигательную систему человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. |
| 2. Кому адресована программа. |  Программа адресована обучающимся начальных классов общеобразовательных школ. |
| 3. Соответствие Государственному образовательному стандарту. |  Данная программа построена в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта по начальной школе. |
| 4. Цели программы. |  Учитывая эти особенности, целью программы по физической культуре является: формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. |
| 5. Задачи программы. | Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности. |
| 6. Принципы, лежащие в основе построения программы. | **В основе построения программы лежат следующие ценности:****Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира − частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья. **Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества. **Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.**Ценность патриотизма** − одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.  |
| 7. Специфика программы. | По окончании курса «Физическая культура» предполагается аттестация учащихся, содержание которой включает в себя учебные задания, разрабатываемые в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования и настоящей примерной программой. |
| 8. Основные содержательные линии курса. | Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека:- знания о природе (медико-биологические основы деятельности);- знания о человеке(психолого-педагогические основы деятельности);- знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля. Материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение  |
|  | учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результата образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура». |
| 9. Требования к уровню подготовки: | **Базовым результатом** образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) ыражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».**Универсальными компетенциями** учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:- 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.**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять; - подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; - выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения; - выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях. |
| 10. Виды и формы организации учебного процесса. | К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры (образовательно-познавательной, образовательно-предметной, образовательно-тренировочной направленностью), физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями. |
| 11. Объем программы в часах. | **Примерное распределение программного материала**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы программы** | **2 класс** |
| **Знания о физической культуре – 3 ч** | **3 ч** |
| **Способы физкультурной деятельности – 3 ч** | **3 ч** |
| **Физическое совершенствование – 96 ч:****1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – 2 ч****2. Спортивно-оздоровительная деятельность – 94 ч****гимнастика с основами акробатики 16 ч****легкая атлетика – 15 ч****лыжные гонки – 12 ч****плавание – 22 ч****подвижные и спортивные игры – 10 ч****общеразвивающие упражнения – 17 ч****резерв – 2 ч** | **96 ч****2 ч****16 ч****15 ч****12 ч****22 ч****10 ч** **17 ч****2 ч** |

 |
| 12. Библиографический список. | - Программа по физической культуре для начальных классов - Р.И.Тарнопольская, Б.И. Мишин. Смоленск: «Ассоциация XXI век», 2011.- Учебник «Физическая культура», 2 класс, Р.И Тарнопольская, Б.И Мишин, «Яхонт», Смоленск: «Ассоциация XXI век», 2011. |