Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Пятницкая средняя общеобразовательная школа

Волоконовского района Белгородской области»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«СОГЛАСОВАНО»**  РУКОВОДИТЕЛЬ МО  ПРИДВОРОВА О. М………….  ФИО  ПРОТОКОЛ №…………………..  ОТ «……»…………………2011 Г. | **«СОГЛАСОВАНО»**  ЗАМЕСТИТЕЛЬ ДИРЕКТОРА  ПО УВР МОУ «ПЯТНИЦКАЯ СОШ»  СИЛЬЧЕНКО Н. В………………  ФИО  «…….» ……………………….2011 Г. | **«УТВЕРЖДАЮ»**  РУКОВОДИТЕЛЬ МОУ  «ПЯТНИЦКАЯ СОШ»  БУРМЕНСКИЙ В.Г.. ……………  ФИО  ПРИКАЗ №……………………….  ОТ «…….» ……………….2011 Г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА**

Волошиной Ларисы Анатольевны

по физической культуре

для 2 «Б» класса

УМК «ШКОЛА РОССИИ»

2011 год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Роль и место дисциплины в образовательном процессе.** | Ухудшение состояния здоровья и физической подготовленности обучающихся, прогрессирующее в последние годы, привело к необходимости разработки и обоснования инновационных технологий физической подготовки подрастающего поколения и механизмов их внедрения в практику образовательных учреждений.  Для модернизации системы физического воспитания различных категорий и групп населения, в том числе в дошкольных, школьных и профессиональных образовательных учреждениях, необходима реализация комплекса следующих мер:   * физическое воспитание обучающихся в образовательных учреждениях, в том числе: * модернизация физического воспитания и развитие спорта в образовательных учреждениях; * сохранение обязательной формы физкультурного образования - для обучающихся *в объеме не менее 3 часов с учетом одного дополнительного часа в неделю в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом*, существенное увеличение объема спортивной работы в общеобразовательных учреждениях во внеурочное время путем дополнения блока дополнительного образования образовательными программами спортивно-оздоровительных групп и групп начальной подготовки спортивных школ для реализации необходимого недельного объема двигательного режима не менее 8 часов в неделю.   В национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» для достижения нового, современного качества общего образования среди первоочередных мероприятий отмечается необходимость оптимизации учебной, психологической и физической нагрузки обучающихся и создания в образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления их здоровья, в том числе за счет использования эффективных методов обучения, повышения объема и качества занятий физической культурой. Отмечается также необходимость дифференциации и индивидуализации образования при обеспечении государственных образовательных стандартов многообразием вариативных образовательных программ. Особое внимание в настоящее время уделяется программному обеспечению физического воспитания в общеобразовательных учреждениях, его вариативному компоненту, учитывающему как индивидуальные потребности и интересы детей, так и региональные особенности среды обитания.  Необходимость введения 3-го часа урока физкультуры продиктовано снижением двигательной активности обучающихся. |
| **2. Адресат.** | Программа адресована обучающимся вторых классов общеобразовательных школ. |
| **3. Соответствие Государственному образовательному стандарту.** | Рабочая программа по физической культуре для 2 класса разработана на основе учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2007) и является частью Федерального учебного плана для образовательных учреждений Российской Федерации. Она разделена на три программы: программа для 1–4 классов, 5–9 классов и 9–10 классов.  Рабочая программа составлена в соответствии с Региональным базисным учебным планом.  В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится 105 часов в год.  Для прохождения программы по физическому воспитанию в учебном процессе в начальной школе предлагается использовать следующие учебники:   * Лях, В. И. Мой друг физкультура: 1–4 кл. – М.: Просвещение, 2009   В программе В. И. Ляха, А. А. Зданевича программный материал делится на две части: базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.  Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся начинается со второго полугодия второго класса (или раньше в соответствии с решением педагогического совета школы). Отличительной особенностью преподавания физической культуры в первом классе является игровой метод. Большинство заданий учащимся первого класса рекомендуется планировать и давать в форме игры.  Предлагаемые рекомендации по введению третьего (дополнительного) часа физической культуры разработаны на основе нормативно-правовых документов Министерства образования РФ для органов управления образованием и образовательных учреждений по организации физического воспитания в 1- 11 классах всех типов образовательных учреждений.  Сборник адресован заместителям директоров по учебно-воспитательной работе, руководителям методических объединений, учителям и преподавателям физической культуры образовательных учреждений Белгородской области.  Нормативно-правовыми актами и инструктивно-методическими документами, регламентирующими введение третьего дополнительного урока физической культуры в системе образования, являются:   1. Закон Российской Федерации «Об образовании»; 2. Приказ Минобразования России, Минздрава России, Госкомспорта России, Российской академии образования от 16.07.02 N 2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»; 3. Письмо Минобразования РФ от 12.08.2002 г. №13-51-99/14 «О введении третьего дополнительного часа физической культуры в образовательных учреждениях Российской Федерации»; 4. Приказ Минобразования РФ № 1312 от 09.09.2003 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»; 5. Приказ Минобразования РФ № 1089 от 05.03.2004 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»; 6. Приказ Минобразования РФ от 09.03.2004 г. №1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»; 7. Федеральный закон РФ от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ (с изменениями от 23 июля, 25 декабря 2008 г., 7 мая, 18 июля 2009 г.) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; 8. Распоряжение Правительства РФ от 7.08.2009 г. № 1101-р. «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года». |
| **4. Цели программы.** | **Цели** программы по физическому воспитанию учащихся 1–4 классов направлены:   * на укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выработку устойчивости, приспособленности организма к неблагоприятным условиям внешней среды; * овладение школой движений; * развитие координационных и кондиционных способностей; * формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей; * выработку представлений об основных видах спорта; * приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; * воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к одноклассникам, умения взаимодействовать с ними в процессе общения, занятий.   Цель 3-го урока физкультуры – создание условий для реализации физкультурно-оздоровительной активности учащихся вне зависимости от уровня физической подготовки и уровня сформированности специфических умений по отдельным видам спорта. Поэтому содержание 3-го урока физкультуры направлено не только реализацию общепринятых разделов (лёгкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка и т.д.), но и на введение таких вариативных разделов, как хореография, ритмика, фитнес, спортивные и бальные танцы, национальные виды спорта, национальные спортивные игры и командные эстафетные игры. |
| **5. Задачи программы.** | В соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта общего образования по физической культуре предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школь­ников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Учитывая эти особенности, предлагаемая программа по физической культуре для учащихся начальной школы ориентируется ***на решение следующих образовательных задач:***   * + совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках, лазанье, метании и плавании;   + 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; |
| **6. Формы организации образовательного процесса**. | Основными **формами** организации педагогической системы физического воспитания в начальной школе являются *уроки* физической культуры, *физкультурно-оздоровительные мероприятия в* режиме учебного дня, *спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия* физическими упражнениями (домашние занятия). Вместе с тем уроки физической культуры являются основной формой организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета физической культуры.  При проведении уроков используются беседа, интегрированные уроки, рассказ, подвижные игры с предметами и без них, ролевые игры, практические занятия в спортивном зале и на улице, направленные на укрепление силы, выносливости и ловкости детей, экскурсии. |
| **7. Требования к уровню подготовки учащихся.** | **Знать и понимать**:   * роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека; * правила и последовательность выполнения упражнений утренней гимнастики, физкультминуток, простейших комплексов для развития физических качеств и формирования правильной осанки; * правила поведения на занятиях физической культуры.   **Уметь:**   * передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в раз­личных условиях; * выполнять простейшие акробатические и гимнастические упражне­ния; * выполнять комплексы утренней зарядки и дыхательной гимнастики, упражнения для профилактики нарушений зрения и формирования пра­вильной осанки; * осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх; * выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости).   **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**   * выполнения ежедневной утренней гимнастики, корригирующих упражнений и закаливающих процедур; * преодоление безопасными способами естественных и искусственных препятствий; * соблюдения правил и норм поведения в индивидуальной и коллективной двигательной деятельности; * наблюдения за собственным физическим развитием и физической подготовленностью; * самостоятельной организации активного отдыха и досуга. |
| **8.Образовательные технологии**. | В процессе обучения используются современные **образовательные технологии**:   * здоровьесберегающие технологии - привитие гигиенических навыков, навыков правильного дыхания, приемов массажа, игр на свежем воздухе в целях закаливания, использование физических упражнений имеющих лечебно-воспитательный эффект, корригирующих и коррекционных упражнений; * личностно-ориентированное и дифференцированное обучение - применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья. * информационно-коммуникационные технологии - показ презентаций для улучшения мотивации к занятиям физическими упражнениями и в приобретении знаний основ физической культуры; |
| **9.Освоения программного материала во 2 классе.** | * В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся **2 класса должны**:   **иметь представление:** о зарождении древних Олимпийских игр; * о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития; * об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки; * об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающихся процедур. * оправилах поведения на занятиях физической культуры и причинах травматизма.   **уметь:**   * определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости); * вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью; * выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание); * выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки; * выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча; * выполнять комплексы упражнений для развития равновесия.   **выполнять двигательные умения и навыки:**  **Легкоатлетические упражнения**  Выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках. Бегать в равномерном темпе до 6 минут. Стартовать из различных исходных положений. Отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков с места и с зоны отталкивания 60-70 см. Преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3 препятствий. Прыгать в высоту с 4—5 шагов. Прыгать с поворотами на 180◦.     Метать мячи на дальность, заданное направление и в цель.  **Гимнастика с элементами акробатики**  Ходить, бегать и прыгать при изменении длины, частоты и ритма. Выполнять строевые упражнения, принимать основные положения и движения рук, ног, туловища без предметов и с предметами. Лазать по гимнастической лестнице, гимнастической стенке, канату.  Выполнять кувырок вперед, кувырок в сторону, стойку на лопатках согнув ноги. Ходить по бревну по рейки гимнастической скамейки, Выполнять висы и упоры, рекомендованные комплексной программой для учащихся 1—4 классов. Прыгать через скакалку.  **Подвижные игры**  Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Элементарно владеть мячом: держание, передача на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр. Играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребенка. |