

Константиновский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Михайловская основная общеобразовательная школа»

Утверждена приказом № 104
от 31.08.2018 г.
Директор
В.А. Морозова



**Рабочая программа
по физической культуре**

Уровень общего образования начальное общее, 2 класс

Количество часов 102

Учитель: Саркисян Наталья Константиновна

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для 1-4 классов разработана на основе авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. М, «Просвещение», 2014 год, Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Михайловская ООШ».

2018 – 2019 уч. год

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для 1-4 классов разработана на основе авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. М, «Просвещение», 2011 год, Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Михайловская ООШ».

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

С учётом этих особенностей **целью** программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, сазаньи, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, 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.

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям 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).

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а так же общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

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 результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального 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;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Место предмета в учебном плане

Согласно базисному учебному плану на изучение физической культуры во 2 классе отводится 102 часа в год. 3 часа в неделю. По факту будет выдано 102 часа. Программный материал по физической культуре будет выдан полностью.

Содержание начального общего образования по учебному предмету

2 класс 102 часа

Знания о физической культуре 3 часа

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

Способы физкультурной деятельности 3 часа

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

Гимнастика с основами акробатики 18 часов

Организующие команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

Легкая атлетика 18 часов

Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.

Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

Кроссовая подготовка, мини-футбол 18 часов

1. Бег по слабопересеченной местности до 1 км.

2. Равномерный медленный бег до 5 мин.

3. Кросс до 800 м. (мал.) до 500 м. (дев.)

4. Спортивная игра *мини-футбол*: а) удары по мячу ногой.

б) остановка мяча ногой, отбор мяча.

в) тактические действия в защите и нападении

г) отбор мяча.

5. Бег по пересеченной местности.

6. Равномерный бег до 6 мин.

7. Кросс до 1 км.
8. Бег с преодолением препятствий.
9. Бег по пересеченной местности.

Подвижные игры 18 часов

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веребочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой».

Баскетбол 12 часов: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол 12 часов: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Тематическое планирование

Раздел программы	Количество часов	Формирование УУД
Знания о физической культуре	3	<p>Предметные УУД</p> <ul style="list-style-type: none"> • планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры; • изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; • представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; • измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств; • оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения; • организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства; • бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ; • организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки . • оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения; • организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства; • бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ; • организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной
Способы физкультурной деятельности	3	
Гимнастика с основами акробатики	18	
Легкая атлетика часов	18	

		дозировкой нагрузки;
Кроссовая подготовка, мини-футбол	18	Метапредметные УУД Личностные: <ul style="list-style-type: none"> • активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; • проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; • проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; • оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.
Подвижные игры часов	18	
Баскетбол	12	
Волейбол	12	Регулятивные и коммуникативные: <ul style="list-style-type: none"> • характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; • обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; • общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; • обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; • организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; • планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения; • анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; • видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; • оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами; • управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность; • технически правильное выполнение двигательной . действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности
Всего	102	

Календарно - тематическое планирование

№	Тема урока	Предметные УУД	Метапредметные УУД	Виды деятельности	Кол-во ч	Дата	
						план	факт
1	Т.б. Правила поведения на спортивной площадке. Построение в колонну по одному	<ul style="list-style-type: none"> планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры; изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; представление физической культуры как средства 	Личностные: <ul style="list-style-type: none"> активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. 	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Выявлять различие в основных способах передвижения человека. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий	1	3.09	
2	Т.б. Построение в шеренгу, равнение в шеренге				1	6.09	
3	Т.б. Подвижные игры				1	7.09	
4	Т.б. Повороты на месте переступанием, размыканием			Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Характеризовать показатели физического развития. Характеризовать показатели физической подготовки.	1	10.09	
5	Т.б.. Метание мяча в горизонтальную цель				1	13.09	
6	Т.б. Подвижные игры				1	14.09	
7	Т.б.. Метание малого мяча в горизонтальную цель				1	17.09	
8	Т.б.. Прыжки с высоты с мягким приземлением				1	20.09	
9	Т.б. Подвижные игры				1	21.09	
10	Т.б.. Повороты на месте прыжком, построение в круг				1	24.09	
11	Т.б. Прыжки на мягкое препятствие высотой 40 см				1	27.09	
12	Т.б.. Подвижные игры				1	28.09	
13	Т.б. Сочетание разбега с толчком и приземлением на обе ноги в прыжках на препятствие				1	1.10	
14	Т.б. Прыжки в длину с места			Осваивать технику	1	4.10	

15	Т.б. Подвижные игры	укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; • измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств; • оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения; • организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований,	Регулятивные и коммуникативные: • характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; • обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; • общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; • обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; • организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	прыжковых упр-ний. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжк. упр-ний. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упр-ний. Осваивать универс. умения по взаимодей-ию в парах и группах при разучив.и выполнении прыжковых упр-ний. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упр-ний. Соблюдать правила т.б. при выполнении прыжковых упр-ний.	1	5.10	
16	Т.б.. Прыжки в длину с места				1	8.10	
17	Т.б.. Построение в шеренгу по расчету. Перебрасывание мяча в парах				1	11.10	
18	Т.б.. Подвижные игры				1	12.10	
19	Т.б. Прыжки в длину с разбега				1	15.10	
20	Т.б.. Упражнения в равновесии с мячом				1	18.10	
21	. Т.б. Подвижные игры				1	19.10	
22	Т.б. Прыжки в длину с разбега. Перебрасывание мяча в шеренгах				1	22.10	
23	Т.б.. Упражнения в равновесии				1	25.10	
24	Т.б. Подвижные игры				1	26.10	
25	Т.б.. Упражнения в равновесии. Прыжки с мячом				1	29.10	
26	Т.б.Упражнения в равновесии				1	1.11	
27	Т.б. Подвижные игры				1	2.11	
28	Т.б.. Прыжки через короткую скакалку				1	12.11	
29	Т.б.. Лазание по гимнастической скамейке и упражнение в равновесии				1	15.11	
30	.Т.б. Подвижные игры				1	16.11	
31	Т.б.. Прыжки через короткую скакалку. Упражнения в ударах мяча об пол с продвижением вперед				1	19.11	
32	Т.б. Лазание по гимнастической стенке, перебрасывание мяча в шеренге			Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча. Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.	1	22.11	
33	Т.б.. Подвижные игры				1	23.11	
34	Т.б..Упражнение в равновесии, лазание на гимнастической стенке				1	26.11	
35	Т.б Метание в вертикальную цель				1	29.11	
36	Т.б.. Подвижные игры				1	30.11	
37	. Т.б. Упражнение в равновесии и прыжках				1	3.12	
38	Т.б. Упражнение в перебрасывании мяча через шнур, лазании и равновесии				1	6.12	
39	Т.б. Подвижные игры				1	7.12	
40	Т.б. Перебрасывание мяча через сетку				1	10.12	
41	. Т.б. Упражнение в ползании на животе по гимнастической скамейке				1	13.12	
42	Т.б. Передача мяча в колонне и шеренге				1	14.12	

43	Т.б.. Подвижные игры	осуществление их объективного судейства; • бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ; • организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки; • характеристика физической нагрузки по показателю час-игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;	• планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения; • анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; • видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; • оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами; • управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность; • технически правильное выполнение двигательной . действий из базовых видов спорта,	Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	1	17.12		
44	. Т.б. Передача мяча в колонне, упражнение в равновесии				1	20.12		
45	Т.б.. Упражнение в равновесии				1	21.12		
46	Т.б.. Подвижные игры				1	24.12		
47	.Т.б. Тренировка в построении, подвижные игры				1	27.12		
48	Т.б.. Передача мяча в колонне, упражнение в равновесии				1	28.12		
49	Т.б. Подвижные игры				1	10.01		
50	Т.б.. Подвижные игры, повороты приставными шагами				Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности	1	11.01	
51	Т.б. Упражнение в равновесии					1	14.01	
52	Т.б. Подвижные игры					1	17.01	
53	Т.б. Упражнение в равновесии					1	18.01	
54	Т.б. Подвижные игры					1	21.01	
55	Т.б. Игры и игровые упражнения					1	24.01	
56	Т.б Игры и игровые упражнения					1	25.01	
57	Т.б. Подвижные игры					1	28.01	
58	Т.б Подвижные игры					1	31.01	
59	Т.б Прыжок в длину с места, бросание мяча о стену					1	1.02	
60	Т.б Подвижные игры					1	4.02	
61	Т.б Прыжки в длину с места, через короткую скакалку				Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и	1	7.02	
62	Т.б. Упражнение в равновесии и лазании по гимнастической скамейке					1	8.02	
63	Т.б. Подвижные игры					1	11.02	
64	Т.б. Метание теннисного мяча в щит					1	14.02	
65	Т.б. Лазание произвольным способом через гимнастическую скамейку					1	15.02	

66	Т.б Упражнение в равновесии и перебрасывание малого мяча вверх	<ul style="list-style-type: none"> • взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; • объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их; • подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; • нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов; • выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, 	использование их в игровой и соревновательной деятельности	выполнении гимнастических упражнений. Выявлять характерные признаки гимнастических упражнений прикладной направленности	1	18.02	
67	Т.б Лазание через скамейки, передача мяча различными способами				1	21.02	
68	Т.б Упражнение в равновесии и прыжках через короткую скакалку				1	22.02	
69	Т.б Подвижные игры				1	25.02	
70	Т.б Упражнение в равновесии				1	28.02	
71	Т.б Упражнение в равновесии и перебрасывании мяча в шеренгах			Описывать технику бросков большого набивного мяча. Осваивать технику бросков большого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча.	1	1.03	
72	Т.б Прыжки через скакалку, ведение баскетбольного мяча				1	4.03	
73	Т.б. Подвижные игры				1	7.03	
74	Т.б Метание мяча в вертикальную цель				1	11.03	
75	Т.б. Метание мяча в вертикальную цель				1	14.03	
76	Т.б. Лазание через препятствие				1	15.03	
77	Т.б Подвижные игры				1	18.03	
78	Т.б Упражнение в равновесии и ударах мяча о стену				1	21.03	
79	Т.б Упражнение в равновесии и ударах мяча о стену				1	22.03	
80	Т.б. Прыжки в высоту, метание на дальность				1	1.04	
81	Т.б Подвижные игры				1	4.04	
82	Т.б Прыжки в высоту с прямого разбега			Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении	1	5.04	
83	Т.б Прыжки в высоту с прямого разбега				1	8.04	
84	Т.б Прыжки в высоту, ведение мяча				1	11.04	
85	Т.б. Подвижные игры				1	12.04	
86	Т.б Метание теннисного мяча на дальность				1	15.04	
87	Т.б Прыжки через короткую скакалку				1	18.04	
88	Т.б Подвижные игры				1	19.04	
89	Т.б Перебрасывание мяча в шеренгах				1	22.04	
90	Т.б Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега				1	25.04	
91	Т.б Подвижные игры				1	26.04	
92	Т.б Упражнение в прыжках в длину с разбега и в равновесии				1	29.04	
93	Т.б Упражнение в прыжках в длину с разбега и в				1	2.05	

	равновесии	характеристика признаков техничного исполнения; • выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;		технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач Осваивать технические действия из спортивных игр.			
94	Т.б Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега				1	3.05	
95	Т.б Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега				1	6.05	
96	Т.б Подвижные игры				1	10.05	
97	Т.б Бег по кочкам, упражнение в метании на дальность и в прыжках				1	13.05	
98	Т.б Прыжки в длину с места на дальность приземления				1	16.05	
99	Т.б Прыжки в длину с места на дальность приземления				1	17.05	
100					1	20.05	
101					1	23.05	
102					1	24.05	

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку по предмету «Физическая культура». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности.

По основам знаний.

Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

С целью проверки знаний используются различные методы.

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок.

Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и веером ответов на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении и позволяет осуществлять опрос фронтально.

Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы учащиеся сопровождают выполнением конкретного комплекса и т.п.

По технике владения двигательными действиями (умениями, навыками).

Оценка «5» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Метод открытого наблюдения заключается в том, что учащиеся знают, кого и что будет оценивать учитель. Скрытое наблюдение состоит в том, что учащимся известно лишь то, что учитель будет вести наблюдение за определенными видами двигательных действий.

Вызов как метод оценки используется для выявления достижений отдельных учащихся в усвоении программного материала и демонстрации классу образцов правильного выполнения двигательного действия.

Метод упражнений предназначен для проверки уровня владения отдельными умениями и навыками, качества выполнения домашних заданий.

Суть комбинированного метода состоит в том, что учитель одновременно с проверкой знаний оценивает качество освоения техники соответствующих двигательных действий.

Данные методы можно применять и индивидуально, и фронтально, когда одновременно оценивается большая группа или класс в целом.

По уровню физической подготовленности.

Оценивая уровень физической подготовленности, следует принимать во внимание реальные сдвиги учащихся в показателях физической подготовленности за определенный период времени. При оценке сдвигов в показателях развития определенных физических качеств учитель должен принимать во внимание особенности развития двигательных способностей, динамику их изменения у детей определенного возраста, исходный уровень достижений конкретных учащихся. При прогнозировании прироста скоростных способностей, являющихся наиболее консервативными в развитии, не следует планировать больших сдвигов. Напротив, при прогнозировании показателей выносливости в беге умеренной интенсивности, а также силовой выносливости темпы прироста могут быть довольно высокими.

При оценке темпов прироста на отметку «5», «4», «3» учитель должен исходить из вышеприведенных аргументов, поскольку в каждом конкретном случае прогнозирование этих темпов осуществить невозможно. Задания учителя по улучшению показателей физической подготовленности должны представлять для учащихся определенную трудность, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления учащимся высокой оценки.

Итоговая оценка успеваемости по физической культуре складывается из суммы баллов, полученных учащимся за все составляющие: знания, двигательные умения и навыки, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность, сдвиги в показателях физической подготовленности. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Учащиеся, отнесенные к специальной медицинской группе, оцениваются по овладению ими разделом «Основы знаний», умениями осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и доступные им двигательные действия.

Уровень физической подготовленности учащУровень физической подготовленности

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7
Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					

Согласовано
Протокол заседания № 1
Методического совета
МБОУ «Михайловская ООШ»
От 31.08.2018 года

«Согласовано»
Заместитель директора
Саркисян А.Г.

31.08.2018 года

