

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Залесовская средняя общеобразовательная школа №1

РАССМОТРЕНО  
На заседании ШМО  
Протокол от «28» 08.2020г. № 1  
Руководитель ШМО  
 Н.А.Грошева

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
 М.П.Новосёлова  
«28» 08 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
Т.М.Легостаева  
Приказ от «28» 08 2020 г. № 82



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре  
наименование учебного предмета, курса

для 2 класса  
уровня начального общего образования,  
базовый уровень  
образовательная область «Физическая культура и основы  
безопасности жизнедеятельности»  
на 2020/21 учебный год

Составитель:  
Плотникова Екатерина Аркадьевна,  
учитель физической культуры,  
первой квалификационной категории  
ФИО учителя (учителей), составивших программу, должность, кв. категория

с. Залесово, 2020 г.

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Нормативная база, на основе, которой разработана Рабочая программа**

- Федеральный государственный стандарт начального общего образования (утв. приказом Минобрнауки РФ от 06.10.2009 г. №373; в ред. от 26.11.2010 №1241; от 22.09.2011 №2357; от 18.12.2012 №1060; от 29.12.2014 №1643).

- Основная образовательная программа НОО МКОУ Залесовская СОШ №1 с изменениями (утв. приказом директора школы от 06.05.2016 № 65)

- Учебный план школы на 2020-21 учебный год (утв. приказом от 28.08.2020 № 81)

- Положение о Рабочей программе по ФГОС (утв. приказом от 06.05.2016 №66)

- Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 1-4 классы. – М. : Просвещение, 2010.

- Авторская программа В.И.Лях. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1 – 4 классы : пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 2-е изд. – М. :Просвещение, 2012.

- Календарный учебный график на 2020-21 учебный год (утв. приказом от 28.08.2020 №79)

### **1.2. Содержание УМК. Обоснование выбора УМК**

Для реализации данной рабочей программы по физической культуре используется УМК Ляха В.И., который состоит из авторской программы В.И.Лях. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1 – 4 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций / В.И. Лях. – 2-е изд. – М. :Просвещение, 2012, учебника для общеобразовательных учреждений В.И.Ляха: «Физическая культура. 1-4 классы», М. : Просвещение, 2011.

Программа написана в соответствии с требованиями освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования. Материал программы направлен на воспитание у учащихся начальной школы потребности в систематических занятиях физкультурой и спортом, на овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Данный УМК выбран в связи с тем, что система физического воспитания, объединяющая урочные и внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, создаёт максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка.

### **1.3. Цель и задачи обучения предмету**

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

Реализация данной цели во 2 классе соотносится с решением следующих задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

- овладение школой движений;

- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в

пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления) в ходе двигательной активности.

#### **1.4. Ценностные ориентиры содержания учебного предмета**

Физическая культура – обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. В сочетании с физкультурно-оздоровительными в режиме учебного дня, внеклассной работой по физической культуре, физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

#### **1.5. Общая характеристика организации учебного процесса: технологий, методов, форм, средств обучения и режим занятий**

Формы организации учебного процесса:

- индивидуальные,
- групповые,
- индивидуально-групповые,
- парные,
- фронтальные.

#### **1.6. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане. Количество часов, на которое рассчитана Рабочая программа, в том числе количество часов для проведения контрольных, лабораторных, практических работ, экскурсий, проектов и т.п.**

В соответствии с авторской программой и учебным планом школы на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, итого 105 часов за учебный год (35 учебных недель), из них 16 контрольных уроков.

Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010г. № 889. В приказе указано «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Распределение учебного времени по разделам программы во 2 классе

№ п/п	Разделы программы	Количество часов
1	Знания о физической культуре	В процессе уроков
2	Лёгкая атлетика	34 часа

3	Гимнастика с основами акробатики	30 часов
4	Подвижные игры с элементами спортивных игр	20 часов
5	Лыжные гонки	21 час
	Итого	105 часов

### **1.7. Информация об изменениях, внесенных в авторскую программу, и их обоснование**

При планировании учебного материала в рабочей программе в связи с отсутствием плавательного бассейна часы по теме «Плавание» распределены на освоение тем «Лыжные гонки», «Лёгкая атлетика».

На уроках физической культуры осуществляется индивидуальный подход к оцениванию умений, навыков обучающихся, учитываются личностные особенности и возможности, состояние здоровья на каждом уроке, принадлежность ребенка к той или иной группе по состоянию здоровья.

Обучающиеся, относящиеся к подготовительной группе по состоянию здоровья, могут быть по рекомендации врача или освобождены от сдачи нормативных требований, или нормативные требования для них могут быть ниже. Обучающиеся, относящиеся к подготовительной группе, освобождаются от сдачи нормативов, противопоказанных по состоянию здоровья.

Сдача нормативных требований основных программ для обучающихся специальных медицинских групп исключается. Аттестация обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, осуществляется по результатам выполнения требований учебных программ по разделу знаний и практических умений (Письмо Минобрнауки России от 31.10.2003 г. № 13-51-263/13 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»).

## 2 Планируемые результаты

### 2.1. Личностные результаты

№	Раздел	Базовый уровень
1	Знания о физической культуре	- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
2	Способы физической деятельности	- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
3	Физическое совершенствование	- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной 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 эстетических потребностей, ценностей и чувств; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### 2.2. Метапредметные (регулятивные, познавательные, коммуникативные) результаты

№	Раздел	Базовый уровень
1	Знания о физической культуре	- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
2	Способы физической деятельности	- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
3	Физическое совершенствование	- определение общей цели и путей её 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 разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; - овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### 2.3. Предметные результаты

№	Раздел	Базовый уровень
1	Знания о физической культуре	- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие
2	Способы физической	

	турной деятельности	человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
3	Физическое совершенствование	<ul style="list-style-type: none"> <li>- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);</li> <li>- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).</li> </ul>

### 3. Содержание тем учебного курса

#### Знания о физической культуре

**Физическая культура.** Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

**Физические упражнения.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

#### Способы физкультурной деятельности

**Самостоятельные занятия.** Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

**Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

**Самостоятельные игры и развлечения.** Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

#### Физическое совершенствование

##### Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

##### Спортивно-оздоровительная деятельность

**Гимнастика с основами акробатики.** Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

**Акробатические упражнения.** Упоры; седы; упражнения в группировке; перекуты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

**Акробатические комбинации.** Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

**Упражнения на низкой гимнастической перекладине:** висы, перемахи.

**Гимнастическая комбинация.** Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемахи, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

**Гимнастические упражнения прикладного характера.** Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

**Лёгкая атлетика.** Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

**Прыжковые упражнения:** на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и в высоту; спрыгивание и запрыгивание;

**Броски:** большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

**Метание:** малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

**Лыжные гонки.** Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

**Подвижные и спортивные игры.** На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

**На материале лёгкой атлетики:** прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

**На материале лыжной подготовки:** эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

**На материале спортивных игр.**

**Баскетбол:** специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

**Волейбол:** подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

**4. Тематический поурочный план по предмету физическая культура для 2а класса общеобразовательной школы (3 часа в неделю, 35 учебных недель)**

№	Тема урока	Виды и формы контроля	Домашнее задание (с учетом уч-ся с ОВЗ)
<b>1 четверть</b>			
Лёгкая атлетика 14 часов			
1	Правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке	предварительный	Бег 500 м
2	Строевые упражнения	текущий	Бег 500 м
3	Обычный бег с изменением направления движения	текущий	Бег 500 м
4	Обычный бег по размеченным участкам дорожки, челночный бег	текущий	Бег 500 м
5	Прыжки вверх и в длину	текущий	Прыжки с выпрыгиванием
6	Совершенствование строевых упражнений	текущий	Прыжки с выпрыгиванием
7	Развитие ловкости	текущий	Прыжки через скакалку
8	Метание малого мяча на дальность	текущий	Упражнения с гимнастической палкой
9	Прыжки в длину с места	текущий	Упражнения с гимнастической палкой
10	Бег с изменением частоты шагов	текущий	Бег 500 м
11	Развитие двигательных качеств	итоговый	Прыжки через скакалку
12	Развитие выносливости	итоговый	Прыжки через скакалку
13	Развитие скоростных качеств	итоговый	Прыжки с выпрыгиванием
14	Развитие координационных способностей	итоговый	Прыжки с выпрыгиванием
15	Построение в колонну по одному и в шеренгу	предварительный	Подтягивание в висе
16	Лазанье по гимнастической стенке	предварительный	Подтягивание в висе
17	Перекаты в группировке, лёжа на животе и из упора стоя на коленях	текущий	Отжимание от пола
18	Кувырок вперёд	текущий	Отжимание от пола
19	Стойка на лопатках согнув ноги	текущий	Поднимание туловища
20	Развитие гибкости	текущий	Поднимание туловища
21	Ходьба по гимнастической скамье разными способами	текущий	Наклон туловища вперёд
22	Лазанье по наклонной скамье	текущий	Наклон туловища вперёд
23	Подтягивание на низкой перекладине	текущий	Подтягивание в висе
24	Развитие равновесия	текущий	Упражнения на гибкость
25	Вис углом на перекладине	текущий	Упражнения на гибкость
26	Совершенствование кувырка вперёд	итоговый	Упражнения на гибкость
27	Развитие гибкости	итоговый	Упражнения на гибкость
<b>2 четверть 21 час</b>			
Гимнастика с основами акробатики 10 часов			

28	Перешагивание через набивные мячи и их переноска	предварительный	Отжимание от пола
29	Развитие координации	предварительный	Отжимание от пола
30-31	Прыжковые упражнения на одной и двух ногах	текущий	Прыжки через скакалку
32	Прыжки со скакалкой	текущий	Прыжки через скакалку
33	Эстафеты со скакалкой	текущий	Прыжки на левой, правой ноге
34	Развитие силы и ловкости	текущий	Отжимание от пола
35-36	Полоса препятствий	текущий	Поднимание туловища
37	Лазанье по канату	текущий	Поднимание туловища
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр 11 часов</b>			
38	Бросок набивного мяча	предварительный	Подтягивание в висе
39	Бросок и ловля мяча в парах	предварительный	Подтягивание в висе
40	Броски мяча одной рукой	текущий	Отжимание от пола
41	Упражнения с мячом у стены	текущий	Отжимание от пола
42	Ведение мяча	текущий	Упражнения на гибкость
43	Броски мяча снизу	текущий	Упражнения на гибкость
44	Бросок мяча сверху	текущий	Прыжки через скакалку
45	Упражнения с мячом в парах	текущий	Прыжки через скакалку
46	Ведение мяча с передвижением приставными шагами	итоговый	Прыжки через скакалку
47	Бросок набивного мяча из-за головы	итоговый	Вис на перекладине
48	Бросок набивного мяча из-за головы	итоговый	Вис на перекладине
<b>3 четверть 30 часов</b>			
<b>Лыжная подготовка 21 час</b>			
49	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки	предварительный	Упражнения на пресс
50-51	Ходьба на лыжах разными способами	предварительный	Упражнения на пресс
52-53	Повороты переступанием	текущий	Подтягивание в висе
54-55	Скользкий шаг с палками	текущий	Подтягивание в висе
56-57	Подъёмы и спуски под уклон	текущий	Наклон туловища вперёд
58-59	Подъём на небольшое возвышение	текущий	Наклон туловища вперёд
60-61	Освоение техники лыжных ходов	текущий	Отжимание от пола
62-63	Повороты на месте переступанием	текущий	Отжимание от пола
64-65	Передвижение на лыжах до 1 км	текущий	Упражнения на гибкость
66-67	Совершенствование подъёма на лыжах	итоговый	Упражнения на гибкость
68-69	Подвижные игры на лыжах	итоговый	Упражнения на гибкость
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр 9 часов</b>			
70	Передача мяча в парах	предварительный	Прыжки через скакалку
71	Ловля и передача мяча в движении	текущий	Прыжки через скакалку
72	Броски в цель	текущий	Выпрыгивание из приседа

73-74	Ведение мяча правой и левой рукой	текущий	Выпрыгивание из приседа
75	Ловля и ведение мяча индивидуально	текущий	Отжимание от пола
76	Ведение мяча в движении по прямой	текущий	Отжимание от пола
77	Остановка мяча	текущий	Упражнения в виси
78	Ловля и передача мяча в парах	итоговый	Упражнения в виси
<b>4 четверть 27 часов</b>			
Гимнастика с основами акробатики			
79	Кувырок вперёд	текущий	Упражнения на гибкость
80	Стойка на лопатках, согнув ноги	текущий	Упражнения на гибкость
81-82	Упражнения с гимнастическими палками	текущий	Упражнения на гибкость
83	Упражнения в упоре лёжа	текущий	Отжимание от пола
84-85	Упражнения в виси стоя и лёжа	текущий	Отжимание от пола
Лёгкая атлетика 20 часов			
86-87	Развитие выносливости	текущий	Прыжки через скакалку
88	Равномерный кросс по слабопересечённой местности	текущий	Прыжки через скакалку
89-90	Эстафеты с бегом на скорость	текущий	Выпрыгивание из приседа
91	Прыжки в длину с места	текущий	Выпрыгивание из приседа
92	Прыжки через препятствия	текущий	Наклон туловища
93-94	Бег с ускорением	текущий	Наклон туловища
95-96	Метание малого мяча на дальность	текущий	Поднимание туловища
97-98	Контроль пульса. Совершенствование строевых упражнений	итоговый	Поднимание туловища
99-100	Челночный бег 3*10м	итоговый	Бег 500 м
101-102	Равномерный кросс по слабопересечённой местности	итоговый	Бег 500 м
103	Круговая эстафета	итоговый	Бег 500 м
104-105	Подвижные игры	текущий	Бег 500 м

## 5. Способы оценки достижения планируемых результатов

### 5.1. Личностные результаты

Диагностика результатов личностного развития проводится в течение года и отражается в тетради наблюдений учителя. В конце учебного года проводится итоговый анализ данных наблюдений для определения приоритетных задач при обучении предмету на следующий учебный год.

В соответствии с ООП ООО школы предусмотрен внутришкольный мониторинг в рамках учебного предмета «физическая культура»

	Образовательный результат	Параметр оценки	Индикатор	Оценочная процедура	Исполнитель	Периодичность оценки	Показатель
1	Сформированность культуры здорового образа жизни	Демонстрация культуры ЗОЖ в среде образования и социальной практике	Определение уровня сформированности ценностей ЗОЖ (1-11 класс) Стабильность посещения занятий физической культурой Сокращение количества пропусков уроков по болезни	Анкетирование, включенное наблюдение, тестирование Статистический учет	Учитель физической культуры,	1 раз в год, май	%

### 5.2 Метапредметные результаты

Регулятивные УУД	Умение осуществлять оценивание и самооценивание	Карта развития УУД	Наблюдение	Октябрь, апрель
Коммуникативные УУД	Умение работать в группе	Карта развития УУД	Работа в группах, парами	Ноябрь, апрель



### 5.3 Предметные результаты

Важной особенностью образовательного процесса является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании изучения раздела, так и по мере текущего освоения умений и навыков, которое проводится практически на каждом уроке. По окончании 2 класса учащиеся должны показать уровень физической подготовленности не ниже следующих результатов приведенных в разделе, что соответствует ФГОС:

Контрольные упражнения	Уровень					
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лёжа, количество 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 вперёд, 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 учёта времени					

#### **Классификация ошибок и недочётов, влияющих на снижение отметки.**

**Мелкими ошибками** считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К ним 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. 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 «5»** выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

**Оценка «4»** выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

**Оценка «3»** выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

**Оценка «2»** выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

Оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе, лазанье. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

## 6 Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения рабочей программы

Список методических и учебных пособий, используемых в образовательном процессе	<p>1. Физическая культура. 1-4 классы : рабочая программа по учебнику В.И. Ляха / автор-составитель Р.Р. Хайрутдинов. – Волгоград : Учитель, 2013.</p> <p>2. Здоровьесберегающие подходы к обучению детей на разных этапах развития в условиях современного образования: учебно-методическое пособие. Составитель Е.В. Лопуга, Барнаул, 2008.</p> <p>Зимние подвижные игры: 1 – 4 классы/ Автор-сост. А.Ю. Патрикеев. – М. : ВАКО, 2009.</p> <p>3. Сопряжённое психофизическое развитие школьников средствами физической культуры: учебно-методическое пособие. Автор-составитель Е.В. Лопуга. – Барнаул: АК ИПКРО, 2011.</p>
Оборудование и приборы	<p>1. Технические средства обучения: Магнитофон</p> <p>2. Учебно-практическое оборудование: Стенка гимнастическая. Скамейка гимнастическая жёсткая 2м, 4м. Мячи: мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи футбольные, массажные. Палка гимнастическая. Скакалка детская. Мат гимнастический. Кегли. Обруч пластиковый детский. Флажки: разметочные с опорой, стартовые. Рулетка измерительная. Льжи детские с креплениями и палками. Сетка для переноса и хранения мячей. Аптечка.</p> <p>3. Игры и игрушки: Стол для игры в настольный теннис. Сетка и ракетки для игр в настольный теннис. Шахматы (с доской). Шашки (с доской).</p>
Интернет-ресурсы	Сайт Издательство «Просвещение»
Литература, рекомендованная для учащихся	1. Учебник, автор В.И. Лях «Физическая культура. 1-4 классы» М. : Просвещение, 2011.
Литература, использованная при подготовке программы	<p>1. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 1-4 классы. – М. : Просвещение, 2010.</p> <p>2. Авторская программа. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1 – 4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений/ В.И. Лях- 2 издание – М., Просвещение, 2012.</p>