**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**к тематическому планированию по физической культуре**

Тематическое планирование составлено на основе учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (АЛ. Матвеев - 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 10-11 классов.

***Целью*** образования в области физической культуры является формирование у школьников устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В рамках реализации этой цели настоящая программа для учащихся основной школы ориентируется на решение следующих ***задач:***

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;

- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

**Программа для 2 класса рассчитана на 68 часов (2 ч в неделю).**

Программный материал имеет две части: базовую и вариативную;

На базовую часть во 2 классе отводится 40 часа, на вариативную 28.

Программа соответствует базовому учебному плану 2004 г. и составлена на основе стандарта среднего (полного) общего образования и обязательного минимума содержания основных образовательных программ по физической культуре.

в рабочих планах-графиках распределения учебного материала по четвертям в разделе: «Основы знаний» предусмотрены теоретические вопросы по углублению знаний учащихся о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма (дыхание, кровообращение, ЦНС, обмен веществ), на развитие коллективных, трудовых, волевых и нравственных качеств, на получение представления о физической культуре личности, ее взаимосвязи с основами здорового образа жизни и овладением знаний о методике самостоятельных занятий. Во время изучения конкретных разделов про граммы предложены теоретические сведения об основных видах спорта, безопасности и оказания первой помощи при травмах.

Текущий учёт является основным видом проверки успеваемости учащихся по физической культуре. Он отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения задач конкретного урока. Оценка за успеваемость выставляется в баллах.

В связи с отсутствием достаточного оснащения спортивного зала невозможна полная реализация стандарта общего образования и программы в полном объёме по разделу «Гимнастика» (упражнения на снарядах), в связи с этим время равномерно распределено на другие виды программы (спортивные игры, лёгкая атлетика).

**Основные требования к уровню подготовки учащихся 2 класса**

**Учащиеся должны знать:**

**-**об истории первых Олимпийских игр;

**-**о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;

**-** о правилах проведения закаливающих процедур;

**-** об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

**Учащиеся должны уметь:**

**-** определять уровень развития физических качеств;

- выполнять закаливающие водные процедуры;

- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки, для развития точности метания малого мяча, для развития равновесия;

- должны показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Физические  способности | Физические упражнения | Мальчики | Девочки |
| Скоростные | Бег 30 м с высокого старта | 6,1 | 6,7 |
|  |  |  |
|  | Прыжок В длину с места, см | 130 | 120 |
| Силовые |  |  |  |
|  | Сгибание рук в висе лежа, кол-во раз | 5 | 4 |
| К выносливости | Бег 1000 м | Без учета времени | |
| К координации | Челночный бег 3 х 1 О м, с | Без учета времени | Без учета времени |