

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ставропольского края
Администрация Степновского муниципального округа Ставропольского края
МОУ СОШ № 4 им. П.В. Лобанова, пос. Верхнестепной

Рассмотрено
МО учителей гуманитарного цикла
Руководитель МО
Кульчукова З.Н.
Протокол № 1 от 30.08.2022

Согласовано

Заместитель директора по УВР

Шаповалова Т.А.

30.08.2022

Утверждено:

Директор

С.В. Кульчитская

31.08.2022



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебного предмета
«Физическая культура»

для 2 класса основного общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Братковиченко Екатерина Геннадьевна
учитель физической культуры

пос. Верхнестепной 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование»

вводится образовательный модуль «Прикладноориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане.

Во 2 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности. Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование. *Оздоровительная физическая культура.* Закаливание организма обливанием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега.

Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

По окончании **второго года обучения** учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения;

коммуникативные УУД:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (в пределах изученного);

- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности;

регулятивные УУД:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим учащимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

Предметные результаты

К концу обучения во втором классе обучающийся научится:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
 - измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
 - выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
 - демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
 - выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой; в высоту с прямого разбега;
- играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Т/Б № 1,4	1				Устный опрос;
2.	История Олимпийских игр. Р/К «Русская лапта».	1				Устный опрос;
3.	Физическое развитие. Прыжок в длину с места (КУ)	1		1		Устный опрос;
4.	Физические качества. Бег 30 м (КУ)	1		1		Устный опрос;
5.	Дневник наблюдений по физической культуре. Р/К «Русская лапта».	1				Устный опрос;
6.	Закаливание организма. Выполнении команд и строевых упражнений: повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.	1				Устный опрос;
7.	Утренняя зарядка. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (КУ)	1		1		Устный опрос;
8.	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1				Практическая работа;
9.	Построение и перестроение в одну, две шеренги, стоя на месте.	1				Практическая работа;
10.	Упражнения общей разминки. Повторение разученных упражнений.	1				Практическая работа;
11.	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Р/К «Русская лапта».	1				Практическая работа;

12.	Броски мяча в неподвижную мишень.	1				Контрольная работа;
13.	Сложно координированные беговые упражнения. Р/К «Русская лапта».	1				Практическая работа;
14.	Челночный бег 3x10м (КУ) Р/К «Русская лапта».	1		1		Практическая работа;
15.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (КУ)	1		1		Практическая работа;
16.	Смешанное передвижение на 1000 метров. Метание теннисного мяча в цель.	1		1		Практическая работа;
17.	Веселые старты, встречные эстафеты, подвижные игры	1				Практическая работа;
18.	Веселые старты, встречные эстафеты, подвижные игры	1				Практическая работа;
19.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	1				Практическая работа;
20.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	1				Практическая работа;
21.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	1				Практическая работа;
22.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	1				Практическая работа;
23.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	1				Практическая работа;

24.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	1				Практическая работа;
25.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	1				Практическая работа;
26.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	1				Практическая работа;
27.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1				Практическая работа;
28.	«Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1				Практическая работа;
29.	«Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1				Практическая работа;
30.	«Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1				Практическая работа;

31.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (КУ)	1		1		Практическая работа;
32.	Вращение скакалки, сложенной вдвое, поочередно правой и левой рукой соответственно с правого и левого бока и перед собой.	1				Практическая работа;
33.	Прыжки на двух ногах через скакалку, лежащую на полу, с поворотом кругом.	1				Практическая работа;
34.	Прыжки через скакалку на двух ногах на месте (в полной координации)	1		1		Практическая работа;
35.	Игровые задания со скакалкой (КУ)	1		1		Практическая работа;
36.	Подбрасывание и ловлю мяча одной рукой и двумя руками.	1				Практическая работа;
37.	Перебрасывание мяча с одной руки на другую, на месте и поворотом кругом.	1				Практическая работа;
38.	Повороты и наклоны в сторону с подбрасыванием и ловлей мяча двумя руками	1				Практическая работа;
39.	Приседание с одновременным ударом мяча о пол одной рукой и ловлей после отскока мяча двумя руками во время выпрямления.	1				Практическая работа;
40.	Поднимание мяча прямыми ногами, лёжа на спине.	1				Практическая работа;

41.	Бросок мяча в заданную плоскость и ловля мяча.	1				Практическая работа;
42.	Хороводный шаг в полной координации.	1				Практическая работа;
43.	Движения танца галоп (приставной шаг в сторону и в сторону с приседанием).	1				Практическая работа;
44.	Галоп в парах в полной координации.	1				Практическая работа;
45.	Сложно координированные прыжковые	1				Практическая работа;
46.	Прыжки толчком двумя ногами с поворотом в стороны.	1				Практическая работа;
47.	Прыжки толчком двумя ногами с одновременным и последовательным разведением ног и рук в стороны, сгибанием ног в коленях.	1				Практическая работа;
48.	Прыжки толчком двумя ногами с места и касанием рукой подвешенных предметов.	1				Практическая работа;
49.	Прыжки толчком двумя ногами вперед-вверх с небольшого возвышения и мягким приземлением.	1				Практическая работа;
50.	Прыжок в высоту с небольшого разбега с доставанием подвешенных	1				Практическая работа;
51.	Техника приземления при спрыгивании с горки гимнастических матов.	1				Практическая работа;
52.	Напрыгивание на невысокую горку гимнастических матов с прямого разбега.	1				Практическая работа;

53.	Прыжок в высоту с прямого разбега в полной координации.	1				Практическая работа;
54.	Передвижение равномерной ходьбой, руки на поясе с наклонами.	1				Практическая работа;
55.	Передвижение равномерной ходьбой с перешагиванием через лежащие на скамейке предметы (кубики, набивные мячи и т. п.)	1				Практическая работа;
56.	Передвижение равномерной ходьбой с набивным мячом в руках обычным и приставным шагом правым и левым боком.	1				Практическая работа;
57.	Передвижения ходьбой в полуприседе и приседе с опорой на руки.	1				Практическая работа;
58.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге. Специальные беговые упражнения.	1				Практическая работа;
59.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. (КУ). Р/К «Русская лапта»	1				Практическая работа;
60.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (КУ).	1		1		Практическая работа;
61.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (КУ)	1		1		Практическая работа;
62.	Бег на 30 метров (КУ). Р/К «Русская лапта»	1		1		Практическая работа;
63.	Челночный бег 3x10 м (КУ). Р/К «Русская лапта»	1		1		Практическая работа;

64.	Метание теннисного мяча в цель. Р/К «Русская лапта»	1				Практическая работа;
65.	Метание теннисного мяча на дальность.	1				Практическая работа;
66.	Итоговая контрольная работа.	1	1			Практическая работа;
67.	Смешанное передвижение на 1000 метров.	1		1		Практическая работа;
68.	Метание теннисного мяча в цель. Метание теннисного мяча на дальность. Р/К «Русская лапта»	1				Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	14		

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Волейбольная стойка универсальная
Сетка волейбольная
Щит тренировочный навесной с кольцом и сеткой
Свисток игровой
Секундомер однокнопочный
Номера нагрудные для командных игр (10х2)
Ворота для мини футбола
Сетка для ворот мини футбола
Мячи футбольные
Мячи волейбольные
Мячи баскетбольные
Табло перекидное
Свисток игровой
Обруч пластмассовый детский
Палка гимнастическая пластмассовая
Скамейка гимнастическая жёсткая 2м
Скамейка гимнастическая жёсткая 4м
Секундомер однокнопочный
Жилетки игровые с номерами
Флажки разметочные
Мячи волейбольные
Мячи для большого тенниса
Кегли
Флажки разметочные с опорой
Лента разметочная
Скакалка удлиненная
Скакалка гимнастическая
Табло перекидное
Мат поролоновый (2х1х0,1)
Планка для прыжков в высоту
Стойка для прыжков в высоту
Медицинбол 1 кг
Секундомер однокнопочный
Номера нагрудные для лыжных и легкоатлетических кроссов Мячи для большого тенниса
Финишная ленточка
Дорожка разметочная для прыжков и метаний
Аптечка для оказания первой помощи
Канат для лазания 5м
Козёл гимнастический
Мат поролоновый (2х1х0,1)
Мост гимнастический подкидной
Стенка гимнастическая 2,8х0,8

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура. Футбол для всех, 1-4 класс/Погадаев Г.И.; под редакцией Акинфеева И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-2 класс/Барышников В.Я., Белоусов А.И.; под редакцией Виленского М.Я., «Русское слово-учебник»;

Физическая культура. Гимнастика (в 2 частях), 1-4 класс/Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д.; под редакцией Винер И.А., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 2 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-2 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 1-2 класс/Погадаев Г.И., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 1-2 класс/Шишкина А.В., Алимпиева О.П., Брехов Л.В., Издательство «Академкнига/Учебник»;

Физическая культура, 2 класс/Лисицкая Т.С., Новикова Л.А., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/Шаулин В.Н., Комаров А.В., Назарова И.Г., Шустиков Г.С., ООО «Развивающее обучение»; АО «Издательство «Просвещение»;

Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура. 1-4 классы: рабочая программа по учебнику В.И. Ляха / авт.-сост. Р.Р. Хайрутдинов. - Волгоград : Учитель, 2021

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>
<http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/>
<https://www.gto.ru/norms>
<https://uchi.ru/?->