

Филиал
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«СОШ п. Белоглиный» «Школа с. Солянка»
Озинского района Саратовской области

«Согласовано»
Руководитель ШМО
Левина Чеботарева Л.Н.
Протокол № 1 от
« 31 » 08 2022г.

«Согласовано»
Заместитель директора
по УВР
Балмулдинова Р.Н.
« 31 » 08 2022г.

«Утверждено»
Директор
МОУ «СОШ п. Белоглиный»
Абдрахманова Л.В.
Приказ № 162
от 31 08 2022г.



Рабочая программа по физической культуре 2 класс

Учитель: Подгорнова Анастасия Владимировна

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от
« 30 » 08 2022г.

2022-2023 учебный год

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее 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 учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Планируемые результаты освоения программы по физической культуре в 2-3 классе

К концу обучения во **втором** классе обучающиеся должны:
иметь представление: называть, описывать и раскрывать:

- Роль и значение занятий физическими упражнениями в жизни младшего школьника;
- Значение правильного режима дня, правильного питания, процедур закаливания, утренней гигиенической гимнастики, физкультурных пауз в течение учебного дня;
- Связь физической подготовки с развитием двигательных качеств, опорно-двигательной, дыхательной и кровеносной систем;
- Значение физической нагрузки и способы её регулирования;
- Причины возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактику травматизма;

Уметь:

- Выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки, плоскостопия, зрения;
- Выполнять упражнения дыхательной гимнастики, психорегуляции;
- Составлять при помощи взрослых индивидуальные комплексы упражнений для самостоятельных занятий физической культурой;
- Варьировать предложенные комплексы упражнений для утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток;
- Выполнять упражнения и простейшие акробатические и гимнастические комбинации, упражнения лёгкой атлетики;
- Выполнять двигательные действия при передвижении на лыжах (при соответствии климатических и погодных условий требованиям к организации лыжной подготовки);
- Участвовать в подвижных играх и организовывать подвижные игры со сверстниками, оценивать результаты подвижных игр;
- Выполнять игровые действия в баскетболе, футболе и волейболе, играть по упрощённым правилам;
- Организовывать и соблюдать правильный режим дня;
- Подсчитывать частоту сердечных сокращений и дыхательных движений для контроля состояния организма во время занятий физическими упражнениями.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

(68 часов, 2 часа в неделю)

Цель школьного образования по физической культуре – формирование физически разносторонне развитой личности, способной активно и целенаправленно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В начальной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование основ знаний в области физической культуры, культуры движений. Воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных действий, укрепление здоровья.

Генеральная цель физкультурного образования – ориентация и формирование личности школьников средствами и методами физической культуры, на овладение универсальными жизненно важными двигательными действиями, на познание окружающего мира.

Учебный предмет «Физическая культура» призван сформировать у школьников устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В процессе освоения материала учебного предмета «Физическая культура» обеспечивает формирование целостного представления о единстве биологического, Психического и социального в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психофизической природы.

Общая цель обучения предмету «Физическая культура» в начальной школе – формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью.

Познавательная цель предполагает формирование у обучающихся представлений о физической культуре как составляющей целостной научной картины мира, ознакомление учащихся с основными положениями науки о физической культуре.

Социокультурная цель подразумевает формирование компетенции детей в области выполнения основных двигательных действий как показателя физической культуры человека.

В соответствии с целями учебного предмета «Физическая культура» формируются **задачи учебного предмета:**

- Формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих её культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- Формирование базовых двигательных навыков и умений, их вариативное использование в игровой деятельности и в самостоятельных занятиях;
- Расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий и овладения новыми двигательными действиями с повышенной координационной сложностью;
- Формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с

укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;

- Расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счёт направленного развития основных физических качеств и способностей;
- Формирование практических умений и навыков, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, способствующих групповому взаимодействию в процессе использования подвижных игр и элементов соревнования.

Сформулированные цели и задачи базируются на требованиях к освоению содержания образования, указанных в федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования и отражают основные направления педагогического процесса формирования физической культуры личности в ходе теоретической, практической и физической подготовки учащихся.

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.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Номер урока в теме	Тема урока	Тип урока	Цифровые ресурсы	Домашнее задание	Дата	
						План	Факт
Знания о физической культуре (6 часа)							
1	1	Физическая культура. Инструктаж по ТБ.	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Повторить правила техники безопасности	02.09	
2	2	Из истории физической культуры.	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Подготовить информацию	05.09-09.09	
3	3	Физические упражнения	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Повторить упражнения	05.09-09.09	
4	4	Правила самостоятельных занятий	УКЗ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Повторить правила	12.09-16.09	
5	5	Самостоятельные игры и развлечения	УРУиН	http://www.fizkulturavshkole.ru	Придумать игру	12.09-16.09	
6	6	Комплексы дыхательных упражнений	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	19.09-23.09	
Спортивно-оздоровительная деятельность. Лёгкая атлетика (15 часов)							
7	1	Правила ТБ на занятиях лёгкой атлетикой. Повороты на месте.	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Повторить правила	19.09-23.09	
8	2	ОРУ в движении. Техника высокого старта	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	26.09-30.09	
9	3	Бег по пересеченной местности	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	бег	26.09-30.09	

10	4	Подвижные игры		http://www.fizkulturavshkole.ru	Подвижные игры во дворе.	03.10-07.10	
11	5	Развитие скоростных качеств. Бег 60 метров.	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	бег	03.10-07.10	
12	6	Бег по пересеченной местности.	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	бег	10.10-14.10	
13	7	Развитие скоростной выносливости <i>Подготовка к ГТО</i>	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	бег	10.10-14.10	
14	8	Подвижные игры	УРУиН	http://www.fizkulturavshkole.ru	Подвижные игры во дворе.	17.10-21.10	
15	9	Ведение мяча на месте правой и левой рукой в движении <i>Подготовка к ГТО</i>	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	17.10-21.10	
16	10	Развитие координационных качеств. Челночный бег 3 на 10	УРУиН	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	24.10-28.10	
17	11	Ведение мяча правой и левой рукой в движении	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	24.10-28.10	
18	12	Ловля мяча на месте в треугольниках и квадратах	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	07.11-11.11	
19	13	Ведение мяча с изменением направления	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	07.11-11.11	
20	14	Развитие силовых качеств	УРУиН	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	14.11-18.11	
21	15	Бросок двумя руками от груди		http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	14.11-18.11	

Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастика с основами акробатики. (10 часов)							
22	1	Акробатика. Строевые упражнения. ТБ	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	21.11-25.11	
23	2	Акробатическое соединение. Прыжки через скакалку.	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	21.11-25.11	
24	3	Упражнения в висах и упорах.	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	28.11-02.12	
25	4	Развитие силовых качеств. Бросок набивного мяча.	УРУиН	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	28.11-02.12	
26	5	Повтор упражнений в висах и упорах	УОиСЗ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	05.12-09.12	
27	6	Развитие силовых качеств и ловкости	УРУиН	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	05.12-09.12	
28	7	Техника упорного прыжка	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	12.12-16.12	
29	8	Преодоление гимнастической полосы препятствий	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выполнять комплекс упражнений	12.12-16.12	
30	9	Подвижные игры	УОиСЗ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Подвижные игры во дворе.	19.12-23.12	
31	10	Обобщение	УОиСЗ	http://www.fizkulturavshkole.ru		19.12-23.12	
Спортивно-оздоровительная деятельность. Лыжная подготовка (9 часов)							
32	1	ТБ на уроках л/п. Температурный режим. Ступающий шаг без палок.	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Повторить правила	26.12-28.12	

[illegible]

[illegible]

53	1	Правила проведения подвижных игр. Игра «Перемена мест».	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	13.03-17.03	
54	2	Подвижные игры. Игра «Волк во рву».	УРУиН	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	20.03-23.03	
55	3	Подвижные игры. «Кто обгонит?», «Удочка».	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	20.03-23.03	
56	4	Подвижные игры: «Два мороза». «У медведя во бору».	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	03.04-07.04	
57	5	Подвижные игры: «Зайцы в огороде», «Компас».	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	03.04-07.04	
58	6	Подвижные игры. Игра «Лисы и куры», «Заяц без логова».	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	10.04-14.04	
59	7	Подвижные игры. «Точный расчет». «К своим флажкам».	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	10.04-14.04	
60	8	Игра «Краски».	УОНМ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	17.04-21.04	
61	9	Подвижная игра «Наперегонки с мячом». Ведение правой, левой рукой баскетбольного мяча	УОиСЗ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	17.04-21.04	
62	10	Подвижная игра «Передал-садись». Передача баскетбольного мяча.	УОиСЗ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Выучить правила игры	24.04-28.04	
63	11	Итоговая промежуточная аттестация (зачёт)	УКЗ	http://www.fizkulturavshkole.ru	Не задано	24.04-28.04	
64	12	Подвижная игра «Перестрел бол». Приём и передача волейбольного	УОиСЗ	http://www.fizku	Выучить правила игры	02.05-05.05	

		мяча сверху.		lturavshkole.ru			
65	13	Веселые старты	УРУиН	http://www.fizku.lturavshkole.ru		08.05-12.05	
66-68	14	Резерв 3ч	УОиСЗ			15.05-26.05	