

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия №3 имени Героя Советского Союза Леонида Севрюкова

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

приказа № ____

от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

МБОУ гимназии №3
им. Героя Советского Союза
Л. Севрюкова

Н.П. Малюченко

приказ № ____

от «30» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1446622)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 2 классов

Ставрополь, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом 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 по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников 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 обучающихся. 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 обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся 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 обучающихся, 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 обучающихся 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 физкультурминуток 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 являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися 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 обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся 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 программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. 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.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 272 часов: в 1 классе – 68 часов (2 часа в неделю), во 2 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часа (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 КЛАСС

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 обтиранием. 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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1			https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	1			https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1			https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	14			https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
2.2	Гимнастика с основами акробатики	16			http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
2.3	Подвижные игры	22			https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
Итого по разделу		52			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	14			https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
Итого по разделу		14			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		70	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
2	Физические качества	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
3	Закаливание организма	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
4	Утренняя зарядка	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
5	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
6	Броски мяча в неподвижную мишень	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
7	Броски мяча в неподвижную мишень	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
8	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
9	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
10	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
11	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
12	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
13	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
14	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
15	Бег с поворотами и изменением направлений	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
16	Бег с поворотами и изменением направлений	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
17	Сложно координированные беговые упражнения	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
18	Сложно координированные беговые упражнения	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
19	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
20	Строевые упражнения и команды	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
21	Строевые упражнения и команды	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
22	Прыжковые упражнения	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
23	Прыжковые упражнения	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
24	Правила поведения на уроках по гимнастике	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
25	Гимнастическая разминка	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
26	Гимнастическая разминка	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
27	Ходьба на гимнастической скамейке	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
28	Ходьба на гимнастической скамейке	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
29	Упражнения с	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	гимнастической скакалкой					
30	Упражнения с гимнастической скакалкой	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
31	Упражнения с гимнастическим мячом	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
32	Упражнения с гимнастическим мячом	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
33	Танцевальные гимнастические движения	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
34	Танцевальные гимнастические движения	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
35	Футбольный бильярд	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
36	Футбольный бильярд	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
37	Бросок ногой	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
38	Бросок ногой	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
39	Подвижные игры на развитие равновесия	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
40	Подвижные игры на развитие равновесия	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
41	Обучение способам организации игровых площадок	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
42	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
43	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
44	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
45	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
46	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
47	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
48	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
49	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
50	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
51	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
52	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
53	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
54	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
55	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
56	Самостоятельная подготовка подвижной игры	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
57	Самостоятельная подготовка подвижной игры	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
58	Правила выполнения спортивных нормативов 2 степени	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
59	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	на низкой перекладине 90см. Эстафеты					
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201
69	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/
70	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники	1				https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880511

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		70	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://skiv.instrao.ru/bank-zadaniy/>

<https://resh.edu.ru/?ysclid=llvy3zb970618605201>

<https://www.mos.ru/city/projects/mesh/?ysclid=llvy4kscxa645880>

