


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Москаленского муниципального района Омской области
«Гвоздёвская средняя общеобразовательная школа»**

Рассмотрено
на метод объединении
протокол №1
от 30.08.2024г.

«Согласовано»


Заместитель директора по УВР
МБОУ «Гвоздёвская СОШ»

 /Белоногова И.В./

« 30 » 08 2024г

«Утверждено»

Директор МБОУ
«Гвоздёвская СОШ»

 /Бащенко Н.В./

« 30 » 08 2024г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 4279034)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 2 класса

Учитель физической культуры:
Негары А.А.

д. Гвоздёвка 2024г.

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.

Лыжная подготовка

Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом, спуск с небольшого склона в основной стойке, торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

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 программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности 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.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- 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

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- 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 физкультурминутки и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (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 универсальные учебные действия:

- 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 обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- 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, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	УПВ
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
Раздел 1. Знания о физической культуре						
1.1	Знания о физической культуре	3			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	1.1. 1.2. 3.1. 3.1.3. 3.1.7. 4.1.11. 4.1.10
Итого по разделу		3				
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности						
2.1	Физическое развитие и его измерение	8			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	3.1.7.
Итого по разделу		8				
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ						
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура						
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	3.1.7.
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	3.1.7.

Итого по разделу		3				
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура						
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	3.1.7.
2.2	Лыжная подготовка	12			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	3.1.7.
2.3	Легкая атлетика	14			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	3.1.7.
2.4	Подвижные игры	19			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	3.1.7.
Итого по разделу		59				
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура						
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	27			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	3.1.7.
3.2	Резервные уроки	2			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38	3.1.7.
Итого по разделу		29				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов.	1	3.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
2	Зарождение Олимпийских игр.	1	5.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
3	Современные Олимпийские игры.	1	6.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
4	Входной контроль (нормативы).	1	13.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
5	Физическое развитие. Физические качества.	1	10.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
6	Сила как физическое качество.	1	12.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
7	Быстрота как физическое качество.	1	17.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
8	Выносливость как физическое качество.	1	19.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
9	Гибкость как физическое качество.	1	20.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
10	Развитие координации движений.	1	24.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
11	Развитие координации движений.	1	26.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
12	Дневник наблюдений по физической культуре.	1	27.09.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
13	Закаливание организма.	1	01.10.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38

14	Утренняя зарядка.	1	03.10.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
15	Составление комплекса утренней зарядки.	1	04.10.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики.	1	08.10.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
17	Строевые упражнения и команды.	1	10.10.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
18	Строевые упражнения и команды.	1	10.10.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
19	Прыжковые упражнения.	1	11.10.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
20	Прыжковые упражнения.	1	11.10.24	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
21	Гимнастическая разминка	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
24	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	1ч	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
25	Упражнения с гимнастической скакалкой	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
28	Танцевальные гимнастические движения	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
29	Танцевальные гимнастические движения	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38

30	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
32	Спуск с горы в основной стойке	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
33	Спуск с горы в основной стойке	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
34	Подъем лесенкой	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
35	Подъем лесенкой	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
36	Спуски и подъёмы на лыжах	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
37	Спуски и подъёмы на лыжах	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
38	Торможение лыжными палками	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
39	Торможение лыжными палками	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
40	Торможение падением на бок	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
41	Торможение падением на бок	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
42	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
43	Броски мяча в неподвижную мишень	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
44	Броски мяча в неподвижную мишень	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
45	Сложно координированные прыжковые упражнения	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38

46	Сложно координированные прыжковые упражнения	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
47	Прыжок в высоту с прямого разбега	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
48	Прыжок в высоту с прямого разбега	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
49	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
50	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
51	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
52	Бег с поворотами и изменением направлений	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
53	Бег с поворотами и изменением направлений	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
54	Сложно координированные беговые упражнения	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
55	Сложно координированные беговые упражнения	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
56	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
57	Игры с приемами баскетбола	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
58	Игры с приемами баскетбола	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
59	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38

60	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
61	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
62	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
63	Прием «волна» в баскетболе	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
64	Прием «волна» в баскетболе	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
65	Игры с приемами футбола: метко в цель	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
66	Игры с приемами футбола: метко в цель	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
67	Гонка мячей и слалом с мячом	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
68	Гонка мячей и слалом с мячом	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
69	Футбольный бильярд	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
70	Футбольный бильярд	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
71	Бросок ногой	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
72	Бросок ногой	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
73	Подвижные игры на развитие равновесия	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
74	Подвижные игры на развитие равновесия	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2 степени	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38

76	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38

85	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		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
86	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		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38

92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
100	Промежуточная аттестация за курс 2 класса (нормативы)	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38

101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
102	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413b38
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102		

