

**Ростовская область город Зверево
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 1
имени генерал-лейтенанта Б.П.Юркова**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
№1 им. Б.П.Юркова
Приказ от 30.08.21
№ 112-ОД

Т.В. Мищенко

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания методического
совета МБОУ СОШ №1
им. Б.П.Юркова
от 30.08.21 № 1

Лопатина М.В.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР

И.Р. Цыганкова
« ____ » _____ 2021 г.

МП

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень общего образования

Класс

Количество часов

Срок реализации

Учитель

Квалификационная категория

начальное общее образование

2Б

96

1 год

Зайцева Наталия Александровна

высшая

2021-2022 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса составлена на основе:

1. Федерального закона Российской Федерации "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.
2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2019 г. N 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" (с изменениями и дополнениями от: 31 декабря 2015 г., №1576.)
3. Примерной основной общеобразовательной программы начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15).
4. Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования. (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 253 от 31.03. 2014 г. Внесены изменения Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 632 от 22.11.2019 г.);
5. ООП НОО МБОУ СОШ № 1 им. Б.П.Юркова (Принята на заседании педагогического совета протокол № 1 от 28.08.2019 г. Утверждена приказом № 157-ОД от 30.08.2019г.)
6. ООП НОО МБОУ СОШ № 1 им. Б.П.Юркова (Принята на заседании педагогического совета протокол № 1 от 28.08.2019 г. Утверждена приказом № 157-ОД от 30.08.2019г.)
7. Учебного плана МБОУ СОШ № 1 им. Б.П.Юркова на 2021-2022 учебный год. (Утвержден приказом № 82-ОД от 18.06.2021г.)
8. Годового календарного графика МБОУ СОШ № 1 им. Б.П.Юркова на 2021-2022 учебный год. (Утвержден приказом № 82-ОД от 18.06.2021г.)

Место предмета в учебном плане

На изучение физической культуры в учебном плане отводится 3 часа в неделю, учебных недель в году - 34, поэтому рабочая программа рассчитана на 102 часа в год.

Количество часов, на которое рассчитана программа в соответствии с учебным планом и годовым календарным учебным графиком - 96 часов.

Общие цели образования с учетом специфики курса физической культуры

- формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.
- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Роль учебного курса, предмета в достижении обучающимися планируемых результатов освоения основной образовательной программы школы (направленность программы на формирование личностных, метапредметных и предметных результатов)

Личностное направление:

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметное направление:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- 7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- 9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- 10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинноследственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям; 11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- 12) 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;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

Предметные направления:

1) 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;

2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Обоснование выбора содержания части программы по учебному предмету «Физическая культура»

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлиненных переменах и в группах продленного дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а так же переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности –

любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи – как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества – как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы – как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности – как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Планируемые результаты изучения предмета **Требования к уровню подготовки учащихся**

Знания о физической культуре

Обучающийся научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;
- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Способы физкультурной деятельности

Обучающийся научится:

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
 - организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
 - измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.
- гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

– характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Физическое совершенствование

Обучающийся научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять организующие строевые команды и приемы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Знания о физической культуре - 4 часа.

Способы физкультурной деятельности - 12 часа.

Гимнастика с основами акробатики - 31 часов.

Легкая атлетика - 28 часов.

Подвижные игры - 27 часов.

Формы организации учебных занятий и виды учебной деятельности:

- индивидуальные, групповые, фронтальные, классные, внеклассные.

Вариативная часть программы предполагает работу в парах. На уроках возможны следующие парные виды работ:

- взаимопроверка;
- взаимопрос.

Для формирования различных учебных навыков в учебнике есть задания разные по уровню сложности:

- дифференцированные задания,
- информационный поиск,
- проверочные и тренинговые работы,
- проектная деятельность.

Проекты выполняются учащимися на добровольной основе.

Тематическое планирование по физической культуре 2 класс

№	Тема урока	Дата	Дата
---	------------	------	------

		по плану	факти- чески
1.	Т.б. Правила поведения на спортивной площадке. Построение в колонну по одному.	02.09	
2.	Построение в шеренгу, равнение в шеренге.	03.09	
3.	Т.б. Подвижные игры.	06.09	
4.	Повороты на месте переступанием, размыканием.	09.09	
5.	Метание мяча в горизонтальную цель.	10.09	
6.	Подвижные игры.	13.09	
7.	Метание малого мяча в горизонтальную цель.	16.09	
8.	Прыжки с высоты с мягким приземлением.	17.09	
9.	Подвижные игры.	20.09	
10.	Повороты на месте прыжком, построение в круг.	23.09	
11.	Прыжки на мягкое препятствие высотой 40 см.	24.09	
12.	Подвижные игры.	30.09	
13.	Сочетание разбега с толчком и приземлением на обе ноги в прыжках на препятствие.	01.10	
14.	Прыжки в длину с места.	04.10	
15.	Подвижные игры.	07.10	
16.	Прыжки в длину с места.	08.10	
17.	Построение в шеренгу по расчету. Перебрасывание мяча в парах.	11.10	
18.	Подвижные игры.	14.10	
19.	Прыжки в длину с разбега.	15.10	
20.	Упражнения в равновесии с мячом.	18.10	
21.	Подвижные игры.	21.10	
22.	Прыжки в длину с разбега. Перебрасывание мяча в шеренгах.	22.10	
23.	Упражнения в равновесии.	01.11	
24.	Подвижные игры.	08.11	
25.	Упражнения в равновесии. Прыжки с мячом.	11.11	
26.	Упражнения в равновесии.	12.11	
27.	Подвижные игры.	15.11	
28.	Прыжки через короткую скакалку.	18.11	
29.	Лазание по гимнастической скамейке и упражнение в равновесии.	19.11	
30.	Подвижные игры.	22.11	
31.	Прыжки через короткую скакалку. Упражнения в ударах мяча об пол с продвижением вперед.	25.11	
32.	Лазание по гимнастической стенке, перебрасывание мяча в шеренге.	26.11	
33.	Подвижные игры.	29.11	
34.	Упражнение в равновесии, лазание на гимнастической стенке.	02.12	
35.	Метание в вертикальную цель.	03.12	
36.	Подвижные игры.	06.12	
37.	Упражнение в равновесии и прыжках.	09.12	
38.	Упражнение в перебрасывании мяча через шнур, лазании и равновесии.	10.12	
39.	Подвижные игры.	13.12	
40.	Перебрасывание мяча через сетку.	16.12	
41.	Упражнение в ползании на животе по гимнастической скамейке.	17.12	
42.	Передача мяча в колонне и шеренге.	20.12	

43.	Подвижные игры.	23.12	
44.	Передача мяча в колонне, упражнение в равновесии.	24.12	
45.	Упражнение в равновесии.	10.01	
46.	Подвижные игры.	13.01	
47.	Тренировка в построении, подвижные игры.	14.01	
48.	Передача мяча в колонне, упражнение в равновесии.	17.01	
49.	Подвижные игры.	20.01	
50.	Т.б. Подвижные игры, повороты приставными шагами.	21.01	
51.	Упражнение в равновесии.	24.01	
52.	Подвижные игры.	27.01	
53.	Упражнение в равновесии.	28.01	
54.	Подвижные игры.	31.01	
55.	Игры и игровые упражнения.	03.02	
56.	Игры и игровые упражнения .	04.02	
57.	Подвижные игры.	07.02	
58.	Подвижные игры.	10.02	
59.	Прыжок в длину с места, бросание мяча о стену.	11.02	
60.	Подвижные игры.	14.02	
61.	Прыжки в длину с места, через короткую скакалку.	17.02	
62.	Упражнение в равновесии и лазании по гимнастической скамейке.	18.02	
63.	Подвижные игры.	21.02	
64.	Метание теннисного мяча в щит.	24.02	
65.	Лазание произвольным способом через гимнастическую скамейку.	25.02	
66.	Упражнение в равновесии и перебрасывание малого мяча вверх.	28.02	
67.	Лазание через скамейки, передача мяча различными способами.	03.03	
68.	Упражнение в равновесии и прыжках через короткую скакалку.	04.03	
69.	Подвижные игры.	10.03	
70.	Т.б Упражнение в равновесии.	11.03	
71.	Упражнение в равновесии и перебрасывании мяча в шеренгах	14.03	
72.	Прыжки через скакалку, ведение баскетбольного мяча.	17.03	
73.	Т.б. Подвижные игры.	18.03	
74.	Метание мяча в вертикальную цель.	28.03	
75.	Метание мяча в вертикальную цель.	31.03	
76.	Лазание через препятствие.	01.04	
77.	Подвижные игры.	04.04	
78.	Упражнение в равновесии и ударах мяча о стену.	07.04	
79.	Упражнение в равновесии и ударах мяча о стену.	08.04	
80.	Прыжки в высоту, метание на дальность.	11.04	
81.	Подвижные игры.	14.04	
82.	Т.б. Прыжки в высоту с прямого разбега.	15.04	
83.	Прыжки в высоту с прямого разбега.	18.04	
84.	Прыжки в высоту, ведение мяча.	21.04	
85.	Подвижные игры.	22.04	
86.	Метание теннисного мяча на дальность.	25.04	
87.	Прыжки через короткую скакалку.	28.04	
88.	Подвижные игры.	29.04	
89.	Перебрасывание мяча в шеренгах.	05.05	

90.	Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега.	06.05	
91.	Подвижные игры.	12.05	
92.	Упражнение в прыжках в длину с разбега и в равновесии.	13.05	
93.	Упражнение в прыжках в длину с разбега и в равновесии.	16.05	
94.	Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега.	19.05	
95.	Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега.	20.05	
96.	Подвижные игры.	23.05	

