

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ
МБОУ «СОШ №19»

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО
учителей нач. классов


Алферова Ж.А.

Протокол №1
от «27» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УР


Михейкина С.Ю.

Протокол №1
от «28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор
МБОУ «СОШ №19»


Кованова О.С.

Приказ №196
от «29» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 4421707)

учебного предмета «Физическая культура»
для обучающихся 2 классов
на 2024-2025 учебный год

Составитель: Голубицкая Ирина Геннадьевна
учитель физической культуры

Город Рубцовск, 2024

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 во 2 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.

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 РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

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 физкультминуток 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 |
|---|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| Раздел 1. Знания о физической культуре | | | | | |
| 1.1 | Знания о физической культуре. История возникновения физических | 2 | 0 | 2 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |

| | | | | | |
|---|--|---|---|---|---|
| | упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности. Современные Олимпийские игры. | | | | |
| Итого по разделу | | 2 | | | |
| Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности | | | | | |
| 2.1 | Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения Составление дневника наблюдений по физической культуре. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Итого по разделу | | 1 | | | |
| ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ | | | | | |
| Раздел 1. Оздоровительная физическая культура | | | | | |
| 1.1 | Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 1.2 | Занятия по укреплению здоровья. Закаливание организма. Оздоровительная внешность культуры | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Итого по разделу | | 2 | | | |

| Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура | | | | | |
|--|--|----|---|----|--|
| 2.1 | Гимнастика с основами акробатики | 12 | 0 | 12 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 2.2 | Лыжная подготовка | 10 | 0 | 10 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 2.3 | Легкая атлетика | 14 | 0 | 14 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 2.4 | Подвижные игры | 14 | 0 | 14 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Итого по разделу | | 50 | | | |
| Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура | | | | | |
| 3.1 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО | 13 | | | https://www.gto.ru/news/contacts https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| Итого по разделу | | 13 | | | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | | | |

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|-------|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| 1 | Вводный инструктаж для учащихся на уроке ФК и занятиях на открытых спортплощадках. Зарождение Олимпийских игр древности. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/ |
| 2 | История возникновения физических упражнений и первых соревнований. Современные Олимпийские игры | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/ |
| 3 | Техника безопасности при | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | занятиях легкой атлетикой. Построение в шеренгу и колонну по одному. Ходьба и бег в колонне. Бег с увеличением дистанции | | | | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/ |
| 4 | Техника старта. Бег на скорость, короткая дистанция. Ходьба и бег в медленном и быстром темпе. Бег наперегонки. Эстафеты | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 5 | Бег в среднем темпе до 3-4 мин. Эстафеты с бегом на скорость. Бег с ускорением 10-15 м. Бег с поворотами и изменением направлений | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/ |
| 6 | Техника и подбор темпа равномерного бега до 3-4 мин. Эстафеты с бегом на скорость. Бег с ускорением 30 м. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 7 | Техника безопасности при прыжках в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега (без зоны отталкивания). Бег в среднем темпе до 6 мин | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 8 | Техника безопасности при метании мяча. Метание мяча в | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|---|------------------|--------------------|---------------------|--|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | цель. Бег в среднем темпе. Прыжки в длину с разбега (без зоны отталкивания). | | | | |
| 9 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 10 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО .Смешанное передвижение | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 11 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 12 | Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения Составление дневника наблюдений по физической культуре. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3571/start/191691 |
| 13 | Техника | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | безопасности при занятиях в спортзале и при проведении занятий по спортиграм. Ловля и передача мяча на месте. Игра «Школа мяча» | | | | |
| 14 | Приемы баскетбола: ловля и передача мяча на месте. Игра «Мяч водящему» | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/ |
| 15 | Ловля и передача мяча. Ведение мяча на месте. Игры с мячом: мяч среднему и мяч соседу | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/ |
| 16 | Приемы баскетбола: Ведение мяча на месте и в движении. Игры с приемами баскетбола | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/ |
| 17 | Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/ |
| 18 | Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6160/start/223981/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному. | | | | |
| 19 | Строевые упражнения. Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322 |
| 20 | Строевые упражнения. Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений Группировка. Прыжки через скакалку | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322 |
| 21 | Строевые упражнения. Группировка. Перекаты в группировке. Упражнения в равновесии. Прыжки через скакалку | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 22 | Строевые упражнения. Перекаты. Группировка. Ходьба на гимнастической скамейке. Упражнения в равновесии. Прыжки через скакалку | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/ |
| 23 | Ходьба по гимнастической | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | скамейке с изменением направления движения. Упражнения в равновесии. Прыжки через скакалку | | | | |
| 24 | Ходьба на гимнастической скамейке . Упражнения в равновесии. Подвижные игры на развитие равновесия | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/ |
| 25 | Упражнения на развитие гибкости. Танцевальные гимнастические движения | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/esson/6168/start/191634/ |
| 26 | Упражнения на развитие гибкости и силы. Танцевальные гимнастические движения | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/ |
| 27 | Упражнения на развитие гибкости и силы. Отжимание от скамейки. Танцевальные движения. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/ |
| 28 | Строевые упражнения и приёмы. Отжимание в упоре лёжа и в упоре, подтягивание на высокой и низкой перекладине. Упражнения с гимнастическим | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | мячом | | | | |
| 29 | Строевые упражнения. Отжимание в упоре лёжа, подтягивание на высокой и низкой перекладине. Упражнения с гимнастическим мячом | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/ |
| 30 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО . Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке .Поднимание туловища из положения лёжа на спине. | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 31 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Поднимание туловища в 1 минуту. Отжимание. | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 32 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3X10м. Прыжки в длину с места. | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 33 | Занятия по укреплению здоровья. Закаливание | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | организма. Оздоровительная внешность культуры | | | | |
| 34 | Техники безопасности на занятиях по лыжной подготовке. Требования к температурному режиму, к одежде и обуви. Подборка инвентаря | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/ |
| 35 | Подборка лыж. Построение на лыжах. Разминка | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/ |
| 36 | Построение на лыжах. Переноска и надевание лыж. Техника ступающего шага. | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/ |
| 37 | Построение на лыжах. Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг. | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/ |
| 38 | Ступающий шаг. Повороты переступанием. Передвижение приставными шагами. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 39 | Техника скользящего шага. Передвижение на равнине «полуелочкой», «елочкой» | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/ |
| 40 | Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/ |
| 41 | Движение скользящим шагом | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|--|------------------|--------------------|---------------------|--|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | по пересеченной местности 500 м | | | | |
| 42 | Техника спусков и подъемов. Движение скользящим шагом, попеременным двухшажным ходами. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/3488/start/223955/ |
| 43 | Торможение лыжными палками. Спуски и подъемы. Преодоление дистанции 500 м скользящим шагом в быстром темпе | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/1912007 |
| 44 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/ https://www.gto.ru/news/contacts |
| 45 | Инструктаж по ТБ на уроках подвижных игр. Строевые упражнения. Подвижные игры | 1 | 1 | 0 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 46 | Строевые упражнения. Подвижные игры | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 47 | Подвижные игры с элементами бега, прыжков. Челночный бег. Прыжки в длину с места | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://www.gto.ru |
| 48 | Подвижные игры с элементами бега. Челночный бег 3X10м | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/ |
| 49 | Подвижные игры с элементами | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru www.school.edu.ru |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|---|------------------|--------------------|---------------------|--|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | баскетбола. Ловля и передача мяча. | | | | https://uchi.ru/ |
| 50 | Строевые упражнения. Подвижные игры. Бросок набивного мяча. | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/ |
| 51 | Строевые упражнения. Игры: Гонка мячей и слалом с мячом | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/ |
| 52 | Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Челночный бег 3*10. Метание в цель. | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 53 | Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Прыжки в длину с места | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 54 | Правила техники безопасности на уроках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Эстафеты | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/ |
| 55 | Укрепление здоровья через ВФСК ГТО . Прыжок в длину с места. Прыжок в высоту с прямого разбега. | 1 | 0 | 1 | https://www.gto.ru/news/contacts https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| 56 | Броски мяча в неподвижную мишень Бег с поворотами и изменением направлений | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/ |
| 57 | Техника безопасности. Игры с приемами футбола: метко в цель | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 58 | Футбольный бильярд. Бросок ногой | 1 | 0 | | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 59 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине.. Игры с приемами футбола | 1 | 0 | | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 60 | Правила техники безопасности на уроках. Техника старта. Бег на короткие дистанции. Бег в медленном и быстром темпе. Бег наперегонки. Эстафеты | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 61 | Бег в среднем темпе до 4 мин. Эстафеты с бегом на скорость. Бег с ускорением 10-15 м. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 62 | Техника и подбор темпа равномерного бега до 6 мин. Эстафеты с бегом | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | на скорость. Бег с ускорением 30 м | | | | |
| 63 | Техника безопасности при метании мяча. Метание мяча в цель. Бег в среднем темпе. Прыжки в длину с разбега (без зоны отталкивания). | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 64 | Кросс до 1 км. Метание мяча на дальность. Прыжки в длину с разбега. | 1 | 0 | 1 | https://resh.edu.ru/subject/9/2/ |
| 65 | Правила ГТО. 2 ступень. Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Челночный бег 3X10м. Прыжки в длину с места. | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 66 | Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Бег на 30м. Метание теннисного мяча в цель | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| 67 | Демонстрация прироста показателей физических | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/ |

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| | качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО .Смешанное передвижение. Игры | | | | |
| 68 | Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО .Смешанное передвижение. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. | 1 | 1 | 0 | https://www.gto.ru/news/contacts |
| | ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 68 | | | |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА 2 КЛАСС

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ 2 КЛАСС

- Лях В. И., Мейксон Г. Б.. Программы по физической культуре 1-11 классы. Рекомендовано Министерством образования РФ. - Москва, Просвещение, 2007 г.
- Литвинов Е.И., Вилянский М. Я., Тукунов Б. И. Программы по физической культуре 1-11 классы. -Москва, *Просвещение.*, 2006г.
- А. П. Матвеева. Примерные программы основного общего образования. Рекомендовано главным управлением развития общего среднего образования РФ, Москва, Радио–связь, 2006 г.

- Научно - методический журнал «Физическая культура в школе». Издательство «Школа Пресс».

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Демонстрационный материал:

- таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности;
- плакаты методические;
- портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Технические средства:

- аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок;
- мегафон;
- экран (на штативе или навесной);
- цифровая видеокамера.

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

- стенка гимнастическая;
- бревно гимнастическое напольное;
- скамейки гимнастические;
- перекладина гимнастическая;
- палки гимнастические;
- скакалки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- кольца гимнастические;
- маты гимнастические;
- перекладина навесная;
- канат для лазанья;
- комплект навесного оборудования (мишени, перекладины);
- мячи набивные (1 кг);
- мячи-хопы;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- мячи средние резиновые;
- мячи большие (резиновые, футбольные, волейбольные, баскетбольные);
- кольца пластмассовые разного размера;
- планка для прыжков в высоту;
- стойки для прыжков в высоту;
- рулетка измерительная (10 м, 50 м);
- лыжи
- лыжные палки
- щиты с баскетбольными кольцами;
- стойки волейбольные;
- стойки с баскетбольными кольцами;
- сетка волейбольная;

- конусы;
- футбольные ворота