Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с. Песчаноозёрка
имени Евгения Байлова»

Рассмотрено и рекомендовано МО «28» августа 2021г. _____Игнатенко Г.К.	Рассмотрено и рекомендовано педагогическим советом «28» августа 2021г. _____ Коваленко Т.В.	Утверждено приказом № 126 «01» сентября 2021г. Директор школы _____Левшина В.В.

Рабочая программа
по физической культуре для 2 класса
на 2021-2022 учебный год

Учитель: Гордеева М.Г.

Песчаноозёрка 2021

Пояснительная записка

к рабочей программе по физической культуре 2 класс.

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 2 класса МОУ СОШ с. Песчаноозёрка разработана в соответствии:
- с требованиями ФГОС ООО (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897);
- на основе авторской программы «Физическая культура» Матвеева А.П. «Просвещение» 2011 год, система «Перспектива»;
- на основе приказа об утверждении учебного плана №97 от 28.08.2021; об утверждении рабочих программ по предметам №126 от 01.09.2021; об организации учебного процесса в 2021-2022 учебном году №99 от 28.08.2021; об утверждении программы воспитания №96 от 28.08.2021.

Предмет «Физическая культура» во 2 классе рассчитан на 102 ч, 3 ч в неделю (34 учебных недели).

В соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта общего образования по физической культуре предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью.

В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Освоение предмета данной деятельности способствует не только активному развитию физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обусловливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

1. Планируемые предметные результаты

– формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Обучающиеся научатся:

– планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
– излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
– использовать физическую культуры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
– измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
– оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
– организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
– соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
– организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
– характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
– выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
– выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
– выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся II класса должны:

*иметь представление**:***

— о зарождении древних Олимпийских игр;
— о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
— о правилах проведения закаливающих процедур;
— об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки.

Обучающиеся получат возможность научиться:

— определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
— вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
— выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
— выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
— выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
— выполнять комплексы упражнений для развития равновесия.

2. Содержание учебного предмета (102 часа)

I. Знания о физической культуре (2 часа)

Тематика 1. *Возникновение первых спортивных соревнований. История зарождения древних Олимпийских игр.*

Требования: иметь представление о зарождении Олимпийских игр;

Тематика 2. *Физические упражнения, их отличие от естественных движений*.

Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие.
Требования: иметь представление о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
Тематика 3: *Закаливание организма (обтирание).*
Требования: иметь представление о правилах проведения закаливающих процедур.

II. Способы физкультурной деятельности (2 часа)

Тематика 1. *Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча.*
Требования: уметь выполнять комплексы упражнений утренней гимнастики и зарядки под музыку; выполнять упражнения для развития точного метания малого мяча; для развития равновесия.
Тематика 2. Подвижные *игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок.*
Требования: уметь выполнять и организовывать подвижные игры и физические упражнения во время прогулок.
Тематика 3. *проведение закаливающих процедур –*
Требования: уметь выполнять закаливающие водные процедуры.

III. Физическое совершенствование (98 часов)

Тематика 1. *Гимнастика с основами акробатики –14ч.*
Организующие команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».
Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.
Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.
Требования: Выполнять комплекс упражнений строевой подготовки; выполнять гимнастические и акробатические упражнения; выполнять упражнения для развития равновесия; подтягивание в висе; выполнять опорные прыжки; прыжки через скакалку.
Тематика 2. Легкая атлетика –32 ч.
Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 х 10 м, бег с изменением частоты шагов.
Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.
Метание малого мяча на дальность из-за головы.
Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.
Требования: уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м; выполнять лёгкоатлетические упражнения; правильно выполнять технику прыжка в длину с места; выполнять основные движения в метании; пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать с бегом.
Тематика 3 : Подвижные игры – 52 ч.
На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», *«Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами» и др.*
На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», *«Вызов номеров», «Шишки — желуди — орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка» и др.*
На материале раздела «Спортивные игры»:
Футбол: подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом»,

«Футбольный бильярд», «Бросок ногой» *и др.*

Баскетбол: подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол: подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок» и *др.*

Требования: уметь играть, соблюдать правила безопасности при игре.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

3. Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Контроль и оценка			Модуль воспитательной программы «Школьный урок»
			Контрольные работы	Тесты, практические	Внутришкольный мониторинг	
1	Знание о физической культуре	2	-	-	-	
2	Способы физкультурной деятельности	2	-	-	-	
3	Физическое совершенствование	98	-	-	-	Урок здоровья

Календарно – тематическое планирование по физической культуре 2 класс

№ п\п	Тема урока	Кол-во часов	Дата		Примечание
			план	факт	
1	Вводный урок. Техника безопасности на спортивной площадке. История возникновения ОУ.	1	1.09		
Лёгкая атлетика Ходьба и бег 8 ч.					
2	Техника бега на короткие дистанции	1	3.09		
3	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	7.09		
4	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	8.09		
5	Лёгкая атлетика. Ходьба и бег. Развитие лёгкоатлетических качеств	1	10.09		
6	Лёгкая атлетика Ходьба и бег. Развитие лёгкоатлетических качеств	1	14.09		
7	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	15.09		
8	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	17.09		
Лёгкая атлетика Прыжки 4 ч.					
9	Лёгкая атлетика Прыжки.	1	21.09		
10	Лёгкая атлетика Прыжки	1	22.09		
11	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	24.09		
12	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	28.09		
Лёгкая атлетика Метание 4 ч.					
13	Лёгкая атлетика Метание.	1	29.09		
14	Лёгкая атлетика Метание. Двигательные умения	1	1.10		
15	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	12.10		
16	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	13.10		
Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка 20 ч.					
17	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка.	1	15.10		
18	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка	1	19.10		
19	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	20.10		
20	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	22.10		

21	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка	1	26.10		
22	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка	1	27.10		
23	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	29.10		
24	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	2.11		
25	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка	1	3.11		
26	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка	1	5.11		
27	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	9.11		
28	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	10.11		
29	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка	1	12.11		
30	Лёгкая атлетика. Развитие основных физических качеств	1	23.11		
31	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	24.11		
32	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	26.11		
33	Лёгкая атлетика. Общая физическая подготовка	1	30.11		
34	Лёгкая атлетика. Проверка уровня ФП	1	1.12		
35	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	3.12		
36	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика Подведение итогов	1	7.12		
37	**Вводный урок. Техника безопасности и правила поведения на уроках в спортивном зале.** Физические упражнения Основные физические качества.	1	8.12		
38	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ	1	10.12		
39	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	1	14.12		
40	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	1	15.12		
41	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков	1	17.12		

42	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Преодоление полосы препятствий.	1	21.12		
43	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ	1	22.12		
44	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника ведения и передачи мяча.	1	24.12		
45	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника ведения и передачи мяча.	1	28.12		
46	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника ведения и передачи мяча.	1	29.12		
47	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника бросков мяча	1	11.01		
48	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Техника бросков мяча	1	12.01		
49	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ	1	14.01		
50	Подвижные игры с элементами спортивных игр БАСКЕТБОЛ Подведение итогов	1	18.01		
51	**Вводный урок. Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.** Выполнение закаливающих процедур.	1	19.01		
Гимнастика с основами акробатики Акробатика. Строевые упражнения 3 ч					
52	Упражнения на гимнастических снарядах	1	21.01		
53	Гимнастика с основами акробатики. Акробатика. Строевые упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах	1	25.01		
54	Гимнастика с основами акробатики. Акробатика. Строевые упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах	1	26.01		
Гимнастика с основами акробатики Висы. Строевые упражнения 4 ч.					
55	Упражнения на гимнастических снарядах.	1	28.01		
56	Гимнастика с основами акробатики. Висы. Строевые упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах	1	1.02		

57	Гимнастика с основами акробатики. Висы. Строевые упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах	1	2.02		
58	Гимнастика с основами акробатики. Висы. Строевые упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах	1	4.02		
Гимнастика с основами акробатики Опорный прыжок, лазание 4 ч.					
59	Упражнения на гимнастических снарядах	1	8.02		
60	Гимнастика с основами акробатики. Опорный прыжок, лазание. Упражнения на гимнастических снарядах	1	9.02		
61	Гимнастика с основами акробатики. Опорный прыжок, лазание. Упражнения на гимнастических снарядах	1	11.02		
62	Гимнастика с основами акробатики. Опорный прыжок, лазание. Упражнения на гимнастических снарядах	1	15.02		
Гимнастика с основами акробатики 9 ч.					
63	Упражнения на гимнастическом бревне Упражнения на гимнастических снарядах	1	16.02		
64	Гимнастика с основами акробатики. Упражнения на гимнастическом бревне Упражнения на гимнастических снарядах	1	18.02		
65	Гимнастика с основами акробатики. Упражнения на гимнастическом бревне Упражнения на гимнастических снарядах	1	1.03		
66	Подвижные игры с элементами спортивных игр ВОЛЕЙБОЛ	1	2.03		
67	Подвижные игры с элементами спортивных игр ВОЛЕЙБОЛ	1	4.03		
68	Подвижные игры с элементами спортивных игр ВОЛЕЙБОЛ	1	9.03		
69	Подвижные игры с элементами спортивных игр ВОЛЕЙБОЛ	1	11.03		
70	Подвижные игры с элементами спортивных игр ВОЛЕЙБОЛ Подведение итогов	1	15.03		

71	Вводный урок. **Техника безопасности на спортивной площадке.** Правила поведения на водоёмах	1	16.03		
Лёгкая атлетика Ходьба и бег 7 ч.					
72	Техника бега на короткие дистанции	1	18.03		
73	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	22.03		
74	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	23.03		
75	Лёгкая атлетика Ходьба и бег. Развитие лёгкоатлетических качеств	1	25.03		
76	Лёгкая атлетика Ходьба и бег. Развитие лёгкоатлетических качеств	1	29.03		
77	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	30.03		
78	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	1.04		
Лёгкая атлетика. Прыжки 4 ч.					
79	Прыжки Лёгкая атлетика	1	12.04		
80	Лёгкая атлетика Прыжки	1	13.04		
81	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	15.04		
82	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	19.04		
Лёгкая атлетика Метание 4 ч.					
83	Лёгкая атлетика Метание.	1	20.04		
84	Лёгкая атлетика Метание. Двигательные умения	1	22.04		
85	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	26.04		
86	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	27.04		
Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка 16 ч.					
87	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка.	1	29.04		
88	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка. Эстафетный бег	1	3.05		
89	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	4.05		
90	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	6.05		

91	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка. Эстафетный бег	1	10.05		
92	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка	1	11.05		
93	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	13.05		
94	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	17.05		
95	Лёгкая атлетика. Техника бега на длинные дистанции	1	18.05		
96	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка	1	20.05		
97	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	24.05		
98	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1	25.05		
99	Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка	1	27.05		
100	Лёгкая атлетика. Развитие основных физических качеств	1			
101	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика	1			
102	Подвижные игры на материале раздела Лёгкая атлетика Подведение итогов	1			
	Всего:	102	99		

В 2021/22 учебном году уроки выпадают на праздничные дни 2 часа - 31.12.2021 года, 8.03.2022, 1 час – вторник – 33 учебные недели, поэтому по факту количество часов 99.