

УТВЕРЖДЕНА
приказом МКОУ СОШ №6
г.п. Нарткала
от 30.08.2023 г. № 65-ОД
Директор школы
_____ О.Х. Шибзухова
Принята на заседании
Педагогического совета
30.08.2023г. Протокол №1
Приложение №2.1.18 к ООП НОО

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования во 2 классе 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 во 2 классе – 68 ч. (2 часа в неделю).

Знания о физической культуре

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

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, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- 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	К/ р	П/ р	
Раздел 1.Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		2			
Раздел 2.Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	2			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			https://resh.edu.ru/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1			https://resh.edu.ru/subject/9/
1.3	Физические качества	2			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		4			
Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.2	Легкая атлетика	14			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.3	Подвижные и спортивные игры	18			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		46			
Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура					

3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	14			<u>https://resh.edu.ru/subject/9/Untitled-1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)</u>
Итого по разделу		14			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

Поурочное планирование. 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения		Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	план	факт	
1	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
2	Физические качества	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
4	Бег с поворотами и изменением направлений	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
5	Бег с поворотами и изменением направлений	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
6	Физическое развитие	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
7	Сложно координированные беговые упражнения	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
8	Сложно координированные беговые упражнения	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

9	Дневник наблюдений по физической культуре	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
10	Сложно координированные прыжковые упражнения	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
11	Сложно координированные прыжковые упражнения	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
12	Прыжок в высоту с прямого разбега	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
13	Прыжок в высоту с прямого разбега	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
14	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
15	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
16	Броски мяча в неподвижную мишень	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
17	Броски мяча в неподвижную мишень	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
18	Правила поведения на	1		1			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	уроках гимнастики и акробатики					
19	Закаливание организма	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
20	Строевые упражнения и команды	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
21	Строевые упражнения и команды	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
22	Прыжковые упражнения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
23	Прыжковые упражнения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
24	Составление комплекса утренней зарядки	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
25	Гимнастическая разминка.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
26	Ходьба на гимнастической скамейке.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
27	Ходьба на гимнастической скамейке.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
28	Зарождение Олимпийских игр. Современные Олимпийские игры.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
29	Утренняя зарядка.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
30	Упражнения с гимнастической	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	скакалкой.					
31	Упражнения с гимнастической скакалкой.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
32	Упражнения с гимнастическим мячом.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
33	Упражнения с гимнастическим мячом.	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
34	Танцевальные гимнастические движения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
35	Танцевальные гимнастические движения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
36	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
37	Подвижные игры с приемами спортивных игр Игры с приемами баскетбола	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
38	Игры с приемами баскетбола	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
39	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
40	Приемы баскетбола:	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	мяч среднему и мяч соседу					
41	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
42	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
43	Прием «волна» в баскетболе	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
44	Прием «волна» в баскетболе	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
45	Игры с приемами футбола: метко в цель	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
46	Игры с приемами футбола: метко в цель	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
47	Гонка мячей и слалом с мячом	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
48	Гонка мячей и слалом с мячом	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
49	Футбольный бильярд	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
50	Футбольный бильярд	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
51	Бросок ногой	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
52	Бросок ногой	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
53	Подвижные игры на развитие равновесия Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
54	Подвижные игры на	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	развитие равновесия Самостоятельная организация и проведение подвижных игр						
55	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1		1			https://www.gto.ru/#gto-method
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1		1			https://www.gto.ru/#gto-method
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1		1			https://www.gto.ru/#gto-method
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой	1		1			https://www.gto.ru/#gto-method

	перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты						
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		1			https://www.gto.ru/#gto-method
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		1			https://www.gto.ru/#gto-method
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		1			https://www.gto.ru/#gto-method
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя	1		1			https://www.gto.ru/#gto-method

	ногами. Эстафеты					
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
67	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method

	соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО						
68	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1		1			https://www.gto.ru/#gto-method
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68			

