

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 323
Невского района Санкт-Петербурга**

«Рассмотрено»

Руководитель МО

Протокол №9
от 27.05. 2022 г.

«Согласовано»

Зам. директора по УВР

Хечоян К.Э.
30.05. 2022 г.

«Рекомендовано»

к использованию

Педагогическим советом

Протокол №12
от 30.05. 2022г.

«Утверждено»

Директор ГБОУ СОШ №323

Л.А. Флоренкова

Приказ №54/3-од
от 31.05. 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету

«физическая культура»

2а;б;в;г класс

68 час/год

Срок реализации: 1 год



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D5B4B2A7FE1AC3D94763AB4D7592210B
Владелец: Флоренкова Людмила Александровна
Действителен: с 23.05.2022 до 16.08.2023

Составитель:

Кутузов П.С.

учитель высшей кв. категории

2022-2023 учебный год

Рабочая программа по физической культуре для учащихся 2 классов

Рабочая программа ориентирована на использование учебника:

1.1.7.1.3.1В.И.Лях «Физическая культура, 1-4 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый уровень. – М.: Просвещение, от 20 мая 2020г. Ил.- ISBN 978-5-09-031561-6.

Структура документа.

Рабочая программа включает в себя:

1. Пояснительная записка
2. Содержание учебного предмета, курс
3. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса
4. Описание учебно-методического комплекса
5. Календарно-тематическое планирование

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре на 2022/2023 учебный год разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (далее - ФГОС начального общего образования);
- Приказ Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (вступает в силу с 1 сентября 2021 года)
- Приказ Минпросвещения России от 28.08.2020 № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 №254 (с изменениями и дополнениями от 23.12.2020 №766);

- Перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.06.2016 № 699;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2
- Распоряжения Комитета по образованию от 12.04.2021 № 1013-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2021/2022 учебном году»;
- Распоряжения Комитета по образованию от 09.04.2021 № 997-р «О формировании учебных планов государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021/2022 учебный год»;
- Положения о рабочей программе на 2021-2022 учебный год;
- Устава ГБОУ СОШ №323;
- Основной образовательной программы начального общего образования в соответствии с требованиями ФГОС НОО.
- Инструктивно-методического письма КО С-Пб «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий» от 16.03.2020 г. №03-28- 2516/20-0-0.
- Инструктивно-методическое письмо «О формировании учебных планов образовательных организаций Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021/2022 учебный год» от 13.04.2021 № 03-28-3143/21-0-0

Содержание учебного предмета, курс

В программе В.И. Ляха, А.А. Зданевича программный материал делится на две части – *базовую* и *вариативную*. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». *Вариативная часть* включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счёт увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся начинается во втором классе по решению педагогического совета школы.

Основные формы работы во 2 классе:

- Групповая работа
- Работа в парах
- Индивидуальная работа
- Коллективная работа

В соответствии с ФГОС выбраны следующие методы и технологии обучения:

Методы обучения:

Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

Словесные, наглядные, практические.

Индуктивные, дедуктивные.

Репродуктивные, проблемно-поисковые.

Самостоятельные, несамостоятельные.

Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности:

Стимулирование и мотивация интереса к учению.

Стимулирование долга и ответственности в учении.

Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности:

Устного контроля и самоконтроля

Педагогические технологии и принципы обучения:

Традиционные технологии:

Объяснительно-иллюстративные технологии обучения (Я.А. Коменского)

Педагогические технологии на основе личностной ориентации педагогического процесса:

Педагогика сотрудничества (С.Т. Шацкий, В.А. Сухомлинский и др.)

Гуманно – личностная технология Ш.А. Амонашвили.

Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся:

Игровые технологии – они являются очень важным для успешного обучения в 3 классе, как способ повышения мотивационной активности.

Технологии развивающего обучения:

Технологии дистанционного обучения.

Технологии развития критического мышления.

Технологии проблемного обучения.

Технологии разноуровневого обучения.

Характеристика особенностей (т.е. отличительные черты) программы: в соответствии с концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры 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.

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

— реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала по физической культуре, на всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств, учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Во 2 класса за технику выполнения упражнений выставляются оценки. В связи с этим у детей появляется понятие того, как выполнено упражнение: не просто правильно или неправильно, а с уточнением: отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно. Этому в программе уделено внимание.

Цели рабочей программы:

Целью программы - формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи физического воспитания учащихся 2-го класса направлены:

- на укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение школой движений;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитии двигательных способностей;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.

Место предмета в рабочем плане

В соответствии с базисным учебным планом рабочая программа составлена по программе авторов В.И. Ляха, А.А. Зданевича из расчета 2 часа в неделю, 68 часа в год.

Количество часов, отводимых на изучение каждой темы.

Учебно-тематический план

Темы	Кол-во часов
Базовая часть	52
Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
Легкая атлетика и кроссовая подготовка	28
Гимнастика с элементами акробатики	12
Подвижные игры	12

Вариативная часть	
Подвижные игры с элементами б/б; в/в	16
Общее количество часов	68

Содержание тем учебного курса.

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приёмы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.

1.1 Естественные основы.

Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечнососудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека. Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение закаливания. основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

1.2 Приёмы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля.

Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приёмы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения. Овладение приемами саморегуляции, связанными с умением расслаблять и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движений.

1.3 Социально – психологические основы.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирование в процессе занятий физическими упражнениями. Выполнение жизненно важных навыков различными способами и с изменением амплитуды.

1.4. Подвижные игры.

Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.

1.5. Гимнастика с элементами акробатики.

Название снарядов и гимнастических элементов. Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц.

1.6. Легкоатлетические упражнения.

Понятие короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость; название метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и высоту. Техника безопасности на занятиях.

Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе:

Физические способности	Физические упражнения	мальчики	девочки
скоростные	Бег 30 м с высоким стартом	5,8-6,7	6,4-7,0
силовые	Прыжок в длину с места Подтягивание Поднимание туловища на время 30 с.	145-125 5-3-2 18-16-14	140-120 11-8-6 из виса лежа 17-15-12
выносливость	Кросс- 1000 м.	Без учета времени	Без учета времени

координация	Послед. выполнять пяти кувырков вперед Броски малого мяча в мишень Метание на дальность	Пять попыток - три попадания 25-20-18 м 20-16-10 м
-------------	--	--

Аттестация учащихся планируется по четвертям по текущим оценкам, а также по результатам тестирования по каждому разделу программы. Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств, учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели; умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей; умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; организовывать и проводить занятия 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, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять; подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений; находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения; 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 изменяющихся, вариативных условиях.

Учет достижений учащихся, формы и средства контроля.

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся: старт не из требуемого положения;

отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;

бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;

несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Виды контроля: промежуточный, текущий, тематический.

Методы контроля: устный.

Формы контроля: проверка техники выполнения упражнений, устный опрос.

Работа со слабоуспевающими или отстающими учениками.

1. Оказывать помощь в планировании учебной деятельности (планирование и выполнения минимума упражнений для ликвидации пробелов, алгоритмизация учебной деятельности по анализу и устранению типичных ошибок и пр.). 2. Дополнительное инструктирование в ходе учебной деятельности. 3. Стимулирование учебной деятельности (поощрение, создание ситуаций успеха, побуждение к активному труду и др.). 4. Контроль за учебной деятельностью. 5. Различные формы взаимопомощи. 6. Дополнительные занятия с учеником учителя.

Меры предупреждения неуспеваемости ученика: 1. Всестороннее повышение эффективности каждого урока. 2. Формирование познавательного интереса к учению и положительных мотивов. 3. Индивидуальный подход к учащемуся. 4. Специальная система домашних заданий. 5. Усиление работы с родителями. 6. Привлечение ученического актива к борьбе по повышению ответственности ученика за учение.

Особый подход к освещению учебного материала, характер его преподнесения: а) эмоционально-образный; б) аналитический (разъяснительный); в) деловой; г) необычный. Использование, показ, подчеркивание различных элементов, привлекательных сторон содержания: а) важность отдельных частей; б) трудность, сложность; в) новизна, познавательность материала; г) историзм, современные достижения науки; д) интересные факты, противоречия, парадоксы. Задания с интересным содержанием, занимательными вопросами. Показ значимости знаний, умений: а) общественной б) личностной.

Создание ситуаций различного характера: интеллектуального, игрового, эмоционального. Анализ ошибок и оказание необходимой помощи. контроль за деятельностью учащегося (тщательный, беглый), взаимо- и самоконтроль, оценка. Проявление учителем собственных качеств, данных личности (в плане общения, эрудиции, отношения к предмету, деловых качеств...) и побуждение учащихся к подобным проявлениям. Организация дружеских взаимоотношений в коллективе (взаимопроверка, обмен мнениями, взаимопомощь). Оказание помощи неуспевающему ученику на уроке.

В процессе контроля за подготовленностью учащихся: создание атмосферы особой доброжелательности при сдаче нормативов, стимулирование оценкой, подбадриванием, похвалой.

При изложении нового материала: применение мер поддержания интереса к усвоению темы, более частое обращение к слабоуспевающим с вопросами, выясняющими степень понимания ими учебного материала, привлечение их в качестве помощников, привлечение к высказыванию предложений при проблемном обучении, к выводам и обобщениям или объяснению сути проблемы, высказанной сильным учеником.

При организации самостоятельной работы: выбор для групп слабоуспевающих наиболее рациональной системы упражнений, более подробное объяснение последовательности выполнения задания, предупреждение о возможных затруднениях, использование карточек-консультаций, карточек с направляющим планом действий, ссылка на аналогичное задание, выполненное ранее, напоминание приема и способа выполнения задания, инструктирование о рациональных путях выполнения заданий.

В ходе самостоятельной работы на уроке: разбивка заданий на этапы, выделение в сложных заданиях ряда простых, указание на необходимость актуализировать то или иное правило, стимулирование самостоятельных действий слабоуспевающих, более тщательный контроль за их деятельностью, указание на ошибки, проверка, исправление.

Работа с сильными (одаренными) учениками.

Одаренные дети имеют более высокие по сравнению с большинством спортивные способности, восприимчивость к тренировкам, творческие возможности и проявления; обладают доминирующей активной познавательной потребностью; испытывают радость от добывания знаний.

Поддержать и развить индивидуальность ребенка, не растерять, не затормозить рост его способностей - это особо значимая задача обучения одаренных детей.

При воспитании одаренного ребенка необходимо, чтобы любопытство вовремя переросло в любовь к знаниям - «любознательность», а последняя - в устойчивое психическое образование - «познавательную потребность».

1. уделять особое внимание психолого - педагогической поддержке одарённых (мотивированных) детей, ранней диагностики спортивной одарённости;
2. исходить из принципа: каждый ребёнок от природы одарён по-своему:

- предусматривать степень и метод самораскрытия одарённых обучающихся, умственное, эмоциональное, социальное развитие и индивидуальное различие обучающихся;
- удовлетворять потребности в новой информации (широкая информационно– коммуникативная адаптация);
- помогать одарённым детям в самораскрытии (их творческая направленность).

С целью ликвидации отставания учащихся по освоению содержания образования учебного предмета физическая культура и прохождения учебной программы, выполнение ее практической части качественно и в полном объеме, учитывая уровень знаний и умений учащихся за предыдущий период обучения (темы, которые изучались в апреле – мае 2021 г. с применением дистанционных технологий), включены уроки повторения по следующим темам с использованием резервных часов, предусмотренных для повторения и обобщения по следующим разделам (темам): легкая атлетика, подвижные игры.

Проектируя уроки повторения по учебному предмету, возможно использование информационных систем для организации образовательного процесса с электронным обучением и применением дистанционных образовательных технологий: при организации деятельности учащихся на уроках и при выполнении домашнего задания можно использовать электронные образовательные ресурсы, образовательные платформы Учи.ру, ЯКласс Яндекс. Учебник znanika.ru/uchebnik/1-4klass-lyah-v-i; <http://youtu.be/coomuekg74U>

Перечень учебно-методического обеспечения.

Комплексная программа физического воспитания учащихся В. И. Лях, А. А. Зданевича», Волгоград, изд-во «Учитель», 2012.

Лях В.И. Физическая культура, 1-4 кл: учебник для общеобразоват. учреждений. М.: Просвещение, 2013.

Настольная книга учителя физической культуры: справ. -метод, пособие / сост. Б. И. Мишин. М.: ООО «Изд-во АСТ»; ООО «Изд-во Астрель», 2003. - 526 с. Погадаев Г.И. «Настольная книга учителя физической культуры», М., изд-во «Физкультура и спорт», 2010.

Перечень электронных образовательных ресурсов.

<http://www.minsport.gov.ru/>

<http://spo.1september.ru/urok/>

<http://www.uchportal.ru/>

<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/>

<http://www.fizkult-ura.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

Материально- техническое обеспечение

Библиотечный фонд:

Стандарт начального общего образования по физической культуре;

Примерные программы по учебному предмету «Физическая культура» (1-4 классы);

Рабочие программы по физической культуре;

Учебники и пособия, которые входят предметную линию В.И.Ляха;

Методические издания по физической культуре для учителей.

Демонстрационный материал:

Таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности;
Плакаты методические;
Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта, олимпийского движения;

Технические средства:

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

Стенка гимнастическая;
Бревно гимнастическое напольное;
Скамейки гимнастические; Планка для прыжков в высоту;
Стойки для прыжков в высоту;
Секундомер;
Рулетка измерительная (10 м, 50 м);
Щиты с баскетбольными кольцами;
Большие мячи (резиновые, баскетбольные, футбольные, футзальные);
Стойки волейбольные;
Сетка волейбольная;
Мячи средние резиновые
Аптечка медицинская
Перекладина гимнастическая;
Перекладина навесная;
Канат для лазанья;
Мишени;
Маты гимнастические;
Мячи набивные;
Скакалки гимнастические;
Обручи гимнастические;
Кольца пластмассовые разного размера, фишки;
Резиновые кольца

Календарно-тематическое планирование – 2 класс

№ уро ка	Планируемые сроки; дата проведения		Тема урока	Тип урока	Контроль	Планируемые результаты освоения материала
	План	Факт				
1	2	3	4	5	6	7
Легкая атлетика						
1	1 неделя		Инструктаж по Т.Б. Строевые упражнения Ходьба и бег.	Комбинированный		Предметные: формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека Метапредметные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления Личностные: развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающего
2	1 неделя		Ходьба и бег Строевые упражнения	Комбинированный		Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием Метапредметные; готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми
3	2 неделя		Строевые упражнения. Ходьба и бег.	Комбинированный	30 м,- М-5,8-6,7; Д-6,4-7,0	Предметные: выполнение правильно и последовательно организующие команды и приёмы, комплексы физических упражнений Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия. Личностные: формулируют собственное мнение и позицию договариваются и приходят к общему решению.
4	2 неделя		Прыжки. П/игры.	Комбинированный		Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований Метапредметные: умения планировать, контролировать и учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата; Личностные: ориентируются на понятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

5	3 неделя		Прыжки в длину. П/игры.	Комбинированный		Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; Метапредметные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия. роли. Личностные: формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
6	3 неделя		Прыжки в длину. Эстафеты	Комбинированный	прыжок в длину, М-145-125; Д-140-120	Предметные: овладение умениями организовывать здоровьесберегающую ориентируются на понятие и освоение социальной роли обучающегося жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д. Метапредметные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
7	4 неделя		Челночный бег, Строевые упражнения	Комбинированный		Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
8	4 неделя		Ходьба и бег; челночный бег 3х10м. П/игры.	Комбинированный	челночный бег 3х10м.	Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост и др.), Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; Личностные: формирование эстетических потребностей и ценностей;
9	5 неделя		Ходьба и бег Метание мяча на дальность Подвижные игры	Комбинированный	метание мяча на дальность; М-25-20-18 м; Д-20-16-10 м	Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия.

						Личностные: ориентируются на понятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
Баскетбол						
10	5 неделя		Т.Б. во время занятий по спортиграм и п/играм. Ловля б/б мяча двумя руками.	Комбинированный		Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
11	6 неделя		Ловля б/б мяча двумя руками. Линейные эстафеты.	Комбинированный		Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
12	6 неделя		Ведение мяча, передача мяча. П/игры.	Комбинированный		Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; Личностные: формирование уважительного отношения к культуре других народов;
13	7 неделя		Ведение мяча, передача мяча. П/игры.	Комбинированный		Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост и др.), Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; Личностные: формирование эстетических потребностей и ценностей

14	7 неделя		Передача б/б мяча; Броски мяча в кольцо. П/игры.	Комбинированный		Личностные: ориентируются на понятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения Метапредметные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия
15	8 неделя		Передачи мяча. Броски мяча в кольцо, ведение мяча, подвижные игры.	Комбинированный		Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д; Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
16	8 неделя		Передачи мяча. Броски мяча в кольцо, ведение мяча, подвижные игры	Комбинированный	выполнять броски мяча в корзину бросков мяча от плеча с места	Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости) Метапредметные: овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
Гимнастика						
17	9 неделя		Акробатика. Строевые упражнения	Комбинированный	выполнять строевые команды и элементы акробатики по технике исполнения	Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост и др.), Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; Личностные: формирование эстетических потребностей и ценностей;
18	9 неделя		Акробатика. Равновесие	Комбинированный		Предметные: формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека

						<p>Метапредметные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;</p> <p>Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;</p>
19	10 неделя		Акробатика. Равновесие	Комбинированный	выполнять элементы акробатики, упр. на равновесие по технике исполнения	<p>Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост и др.),</p> <p>Метапредметные: осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;</p> <p>Личностные: формирование эстетических потребностей и ценностей;</p>
20	10 неделя		Акробатика. Равновесие Лазание	Комбинированный		<p>Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> <p>Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;</p> <p>Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</p>
21	11 неделя		Акробатика. Равновесие Лазание	Комбинированный		<p>Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;</p> <p>Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на понятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>
22	11 неделя		Равновесие Лазание Висы	Комбинированный		<p>Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований</p> <p>Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия.</p>

23	12 неделя		Лазание Висы	Комбинированный	по технике исполнения	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающего;
24	12 неделя		Висы Опорный прыжок	Комбинированный		Предметные: формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
25	13 неделя		Опорный прыжок	Комбинированный		
26	13 неделя		Опорный прыжок	Комбинированный	по технике исполнения	
27	14 неделя		Опорный прыжок Канат	Комбинированный		
28	14 неделя	.	Канат	Комбинированный		
29	15 неделя		Канат	Комбинированный		Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости) Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; Личностные: формирование эстетических потребностей и ценностей;
30	15 неделя		Канат	Комбинированный	Подтягивание: М-3-4; Д-6-11 из виса лежа(раз)	Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д;

						Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
31	16 неделя		Гимнастическая полоса препятствий	Комбинированный		
32	16 неделя		Гимнастическая полоса препятствий	Комбинированный		
Бег, подвижные игры						
33	17 неделя		Бег с ходьбой. Подвижные игры.	Комбинированный		Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д; Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающего
34	17 неделя		Бег с ходьбой, с ускорением Подвижные игры.	Комбинированный		Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д; Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
35	18 неделя		Бег с ходьбой, с ускорением Подвижные игры.	Комбинированный		Предметные: формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

36	18 неделя		Бег с ходьбой, с ускорением Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека</p> <p>Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;</p> <p>Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</p>
37	19 неделя		Бег с ходьбой, с ускорением Подвижные игры	Комбинированный	челночный бег 3х10м	<p>Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;</p> <p>Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Личностные: формирование личностного смысла учения;</p>
38	19 неделя		Бег с ходьбой, Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)</p> <p>Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;</p> <p>Личностные: формирование установки на здоровый образ жизни.</p>
39	20 неделя		Бег. Преодоление препятствий. Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)</p> <p>Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;</p> <p>Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</p>
40	20 неделя		Бег. Преодоление препятствий. Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований</p> <p>Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия</p> <p>Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований</p>

						Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми
41	21 неделя		Бег. Преодоление препятствий. Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> <p>Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;</p> <p>Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</p>
42	21 неделя		Бег. Преодоление препятствий. Подвижные игры	Комбинированный	Преодоление препятствий.	<p>Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)</p> <p>Личностные: ориентируются на понятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>
Баскетбол						
43	22 неделя		Ведение б/б мяча в движении и на месте Подвижные игры	Комбинированный		<p>Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p> <p>Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия</p>
44	22 неделя		Броски и ловля мяча в парах Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утренний зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д;</p> <p>Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;</p> <p>Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</p>

45	23 неделя		Ведение мяча и броски мяча в кольцо Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д;</p> <p>Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;</p> <p>Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д;</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</p>
46	23 неделя		Ведение мяча и броски мяча в кольцо Подвижные игры	Комбинированный	бросок мяча в кольцо способом «снизу»,	
47	24 неделя		Передача б/б мяча Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д;</p> <p>Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества</p> <p>Личностные: формирование установки на здоровый образ жизни.</p>
48	24 неделя		Передача б/б мяча Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д;</p> <p>Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества</p> <p>Личностные результаты: - взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;</p>
49	25 неделя		Ведение мяча, Передача б/б мяча Подвижные игры	Комбинированный		<p>Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)</p> <p>Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;</p> <p>Личностные: ориентируются на понятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>

50	25 неделя		Броски мяча Подвижные игры	Комбинированный	бросок мяча в баскетбольное кольцо разными способами.	Предметные: овладение умениями организовывать режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д; Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; Личностные: развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающего
51	26 неделя		Подвижные игры и эстафеты с мячом б/б.	Комбинированный		Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми
52	26 неделя		Подвижные игры и эстафеты с мячом б/б.	Комбинированный		
Легка атлетика						
53	27 неделя		Прыжок в высоту; ходьба и бег.	Комбинированный		Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости) Метапредметные: определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: формирование установки на здоровый образ жизни.
54	27 неделя		Прыжок в высоту; ходьба и бег.	Комбинированный		
55	28 неделя		Прыжок в высоту; Метания на точность; Челночный бег; П. игры	Комбинированный	метание на точность, Челночный бег;	Предметные: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований Метапредметные; самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающего;
56	28 неделя		Прыжок в высоту; Метания на точность; Челночный бег; П. игры	Комбинированный	Прыжок в высоту	
57	29 неделя		Бег; Прыжки в длину с места П/игры	Комбинированный		

						физических нагрузок, в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
58	29 неделя		Бег с изменением направления; Прыжки в длину с места П/игры	Комбинированный	Длина: М-145-125; Д-140-120	Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
59	30 неделя		Метание мяча на дальность. Спринтерский бег; Игры;	Комбинированный		Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, Метапредметные: готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; Личностные: формирование эстетических потребностей и ценностей
60	30 неделя		Метание мяча на дальность. Спринтерский бег; Игры;	Комбинированный	метать: М- 25-20-18 м Д-20-16-10 м	
61	31 неделя		Повтор пройденного материала	Комбинированный	30 м; М-6,7-5,7; Д-6,9-6,0;	
62	31 неделя		Повтор пройденного материала	Комбинированный		
63	32 неделя		Повтор пройденного материала	Комбинированный		
64	32 неделя		Повтор пройденного материала	Комбинированный		
65	33 неделя		Повтор пройденного материала	Комбинированный		
66	33 неделя		Повтор пройденного материала	Комбинированный		
67	34 неделя		Повтор пройденного материала	Комбинированный	Кросс- 1000 м. Без учета времени	
68	34 неделя		Повтор пройденного материала	Комбинированный		