

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Дагестан**

**ГКУ РД "ЦОДОУ ЗОЖ"**

**ГКОУ "Бутушская СОШ Ботлихского района"**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УВР



31.08.2023г.

Омарова Г. Д.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГКОУ РД  
"Бутушская СОШ"



31.08.2023г.

Магомедов К.А.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 3416477)

**учебного предмета «Физическая культура»**

для обучающихся 2 класса

**к. Бутуш 2023**

## 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 составляет – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 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.

	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контроль ные работы	Практичес кие работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1				Поле для свободного ввода1
2	Зарождение Олимпийских игр	1				Поле для свободного ввода1
3	Современные Олимпийские игры	1				Поле для свободного ввода1
4	Физическое развитие	1				Поле для свободного ввода1
5	Физические качества	1				Поле для свободного ввода1
6	Сила как физическое качество	1				Поле для свободного ввода1
7	Быстрота как физическое качество	1				Поле для свободного ввода1
8	Выносливость как физическое качество	1				Поле для свободного ввода1
9	Гибкость как физическое качество	1				Поле для свободного ввода1
10	Развитие координации движений	1				Поле для свободного ввода1
11	Развитие координации движений	1				Поле для свободного ввода1
12	Закаливание организма					
13	Закаливание организма	1				Поле для свободного ввода1

1 4	Утренняя зарядка	1				Поле для свободного ввода1
1 5	Составление комплекса утренней зарядки	1				Поле для свободного ввода1
1 6	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1				Поле для свободного ввода1
1 7	Строевые упражнения и команды	1				Поле для свободного ввода1
1 8	Строевые упражнения и команды	1				Поле для свободного ввода1
1 9	Прыжковые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
2 0	Прыжковые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
2 1	Гимнастическая разминка	1				Поле для свободного ввода1
2 2	Ходьба на гимнастической скамейке	1				Поле для свободного ввода1
2 3	Ходьба на гимнастической скамейке	1				Поле для свободного ввода1
2 4	Упражнения с гимнастической скакалкой	1				Поле для свободного ввода1
2 5	Упражнения с гимнастической скакалкой	1				Поле для свободного ввода1
2 6	Упражнения с гимнастическим мячом	1				Поле для свободного ввода1
2 7	Упражнения с гимнастическим мячом	1				Поле для свободного ввода1

2 8	Танцевальные гимнастические движения	1				Поле для свободного ввода1
2 9	Танцевальные гимнастические движения	1				Поле для свободного ввода1
3 0	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				Поле для свободного ввода1
3 1	Броски мяча в неподвижную мишень	1				Поле для свободного ввода1
3 2	Броски мяча в неподвижную мишень	1				Поле для свободного ввода1
3 3	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
3 4	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
3 5	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				Поле для свободного ввода1

3 6	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				Поле для свободного ввода1
3 7	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1				Поле для свободного ввода1
3 8	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1				Поле для свободного ввода1
3 9	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1				Поле для свободного ввода1
4 0	Бег с поворотами и изменением направлений	1				Поле для свободного ввода1
4 1	Бег с поворотами и изменением направлений	1				Поле для свободного ввода1
4 2	Сложно координированные беговые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
4 3	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1				Поле для свободного ввода1
4 4	Игры с приемами баскетбола	1				Поле для свободного ввода1
4 5	Игры с приемами баскетбола	1				Поле для свободного ввода1

4 6	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				Поле для свободного ввода1
4 7	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				Поле для свободного ввода1
4 8	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				Поле для свободного ввода1
4 9	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				Поле для свободного ввода1
5 0	Прием «волна» в баскетболе	1				Поле для свободного ввода1
5 1	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				Поле для свободного ввода1
5 2	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				Поле для свободного ввода1
5 3	Бросок ногой	1				Поле для свободного ввода1
5 4	Бросок ногой	1				Поле для свободного ввода1
5 5	Подвижные игры на развитие равновесия	1				Поле для свободного ввода1
5 6	Подвижные игры на развитие равновесия	1				Поле для свободного ввода1
5 7	Правила выполнения спортивных	1				Поле для свободного ввода1

	нормативов 2 ступени					
5 8	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				Поле для свободного ввода1
5 9	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
6 0	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1				Поле для свободного ввода1
6 1	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
6 2	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой	1				Поле для свободного ввода1

	перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					
6 3	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
6 4	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
6 5	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
6 6	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1				Поле для свободного ввода1

	Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
6 7	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
6 8	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
6 9	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
7 0	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1				Поле для свободного ввода1

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	70	0	0	
--	----	---	---	--

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.

## 2 КЛАСС