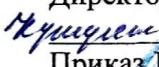


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с.Хонделен
Барун-Хемчикского кожууна Республики Тыва»

«СОГЛАСОВАНО»
Заместителем директора
школы по УВР
 /Ооржак С.К./
«31» 08 2022 г.

«УТВЕРЖДЕНО»
Директор МБОУ СОШ
 /Кужугет Б.Б./
Приказ №277/3
«31» 08 2022 г.



Рабочая программа
по физической культуре 2 класса
на 2022-2023 учебный год

Количество часов в неделю: 3
Количество часов в год: 102

Составил программу
учитель физической культуры
Хомушку Мерген-Херел Шолбанович

Хонделен 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами освоения основной образовательной программы начального общего образования. Является составной частью подготовки в предметной области «физическая культура», и ее освоение должно обеспечить укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений само - регуляции средствами физической культуры. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Данная программа составлена на основе:

- фундаментального ядра содержания общего образования;
- требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования;
- «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012
- примерной программы начального общего образования по физической культуре УМК «Школа России» М: Просвещение 2009г; допущенной Министерством образования и науки РФ;
- междисциплинарной программы «Формирование универсальных учебных действий» (подпрограмм «Формирование ИКТ-компетентности обучающихся», «Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности» и «Основы смыслового чтения и работа с текстом»);
- программы воспитания и социализации обучающихся на ступени начального общего образования.

Рабочая программа рассчитана на 102ч по 3ч в неделю.

2 класс

Личностные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре.

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.
- 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.

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

2 класс ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА – 50 ч.

Легкая атлетика — пробегать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку;

ГИМНАСТИКА – 22 ч.

Строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя, различные варианты висов, вис завесом одной и двумя ногами, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, стойку на голове, на руках, на лопатках, мост, упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед, выкрут, махи), опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема, прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, крутить обруч, напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, массажными мячами, набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, направленные на развитие гибкости и координации движений, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;

ПОДВИЖНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ – 30 ч.

Выполнять пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, бить и бросать по воротам, бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры «Ловишка», «Ловишка на хобах», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Собачки ногами», «Командные собачки», «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы с ранением», «Вышибалы через сетку», «Перестрелка», «Волк во рву», «Антивышибалы», «Защита стойки», «Капитаны», «Осада города», «Штурм», «Удочка», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Будь острожен», «Игра в мяч с фигурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешочком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвостики», «Ножной мяч», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, пионербол).

Календарно–тематическое планирование 2 класса

№ урока	Тема урока	Кол- во часов	Дата проведение		Домашнее задания
			План	Факт	
Раздел 1. Легкая атлетика (23ч.)					
1	Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики.	1			
2	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением 20 м.	1			
3	Ходьба по разметкам. Бег с ускорением 30 м.	1			
4- 5	Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м.	2			
6	Различные виды ходьбы и бега	1			
7	Прыжки с поворотом на 180	1			
8- 9	Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов.	2			
10 - 11	Метание малого мяча. Метание малого мяча в цель	2			
12 - 13	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель	2			
14 - 15	Бег по пересеченной местности	2			
16	Равномерный бег 5 мин	1			
17	Равномерный бег 6 мин.	1			
18	Чередование ходьбы и бега	1			
19 - 20	Челночный бег 3х5; 3х10	2			
21	Прыжки с места, с разбега	1			

22	Метание малого мяча на дальность, в цель	1			
23	Контрольный зачет.	1			
Раздел 2. Гимнастика (22ч.)					
24	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Строевые упражнения	1			
25- 26	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	2			
27- 28	Кувырок вперед, стойка на лопатках	2			
29	Перекат вперед в упор присев	1			
30- 31	Кувырок вперед, кувырок назад	2			
32- 33- 34	Стойка на лопатках, «Мостик» лежа на спине с страховкой и без страховки.	3			
35- 36	Висы. Вис стоя и лежа. Строевые упражнения.	2			
37- 38	Висы. Строевые упражнения. Развитие силовых способностей	2			
39- 40	Лазание по наклонной скамейке. Лазание по гимнастической стенке	2			
41	Лазание по наклонной скамейке стоя на коленях и лежа на животе.	1			
42	Акробатика. Строевые упражнения Лазание на гимнастической стенке	1			
43	Эстафета с элементами гимнастики	1			
44	Веселые старты. Подвижные игры.	1			
45	Контрольный зачет	1			
Раздел 3. Подвижные и спортивные игры (30 ч.)					
46	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных игр.	1			Комплекс 3
47- 48	Подвижные игры «Пятнашки», «Два мороза».	2			Комплекс 3

49-50	Подвижные игры. Эстафеты.	2			Комплекс 3
51-52	Подвижные игры « Попади в мяч », «Верёвочка под ногами».	1			Комплекс 3
53-54	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	2			Комплекс 3
54	Подвижные игры. Эстафеты	1			Комплекс 3
55-56	Подвижные игры «Лисы и куры», «Точный расчет».	2			Комплекс 3
57	Подвижные игры на основе баскетбола	1			Комплекс 3
58-59	Ведение на месте. Броски в цель	2			Комплекс 3
60-61	Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Передал – садись».	2			Комплекс 3
62-63	Совершенствование. Ловля и передача мяча в движении.	2			Комплекс 3
64	Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Мяч соседу».	1			Комплекс 3
65	Урок зачет. Подвижная игра «Мяч соседу».	1			Комплекс 3
66-67	Ведение баскетбольного мяча на месте мяча правой и левой рукой.	2			Комплекс 3
68-69	Подвижные игры « Попади в мяч », «Верёвочка под ногами».	1			Комплекс 3
70-71	Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Передача мяча в колоннах».	2			Комплекс 3
72	Подвижные игры на основе баскетбола. Эстафеты	1			Комплекс 3
73-74	Веселые старты с элементами баскетбола	2			Комплекс 3
75	Контрольный зачет	1			Комплекс 3
Раздел 4. Легкая атлетика (27 ч.)					
76	Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики. Развитие выносливости.	1			Комплекс 4
77	Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Мяч в корзину».	1			Комплекс 4

78	Ловля и передача мяча в движении.	1			Комплекс 4
79	Ведение мяча на месте правой и левой рукой в движении.	2			Комплекс 4
80-81	Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Передал – садись».	2			Комплекс 4
82	Бег по пересеченной местности	1			Комплекс 4
83-84	Равномерный бег 3 минуты. Разновидности ходьбы.	2			Комплекс 4
85	Равномерный бег 5 минут, 6 минут	1			Комплекс 4
86-87	Ходьба по разметкам. Бег с ускорением 30 м.	2			Комплекс 4
88-89	Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м.	2			Комплекс 4
90-91	Лёгкая атлетика. Развитие координационных способностей	2			Комплекс 4
92-93	Бег с максимальной скоростью с высокого старта 30 м.	3			Комплекс 4
94-95	Ходьба и бег. Игра «К своим флажкам»	2			Комплекс 4
96-97	Игра «Третий лишний».	2			Комплекс 4
98-99-100	Равномерный бег 3 минуты. Разновидности ходьбы.	3			Комплекс 4
101	Обобщение и закрепление за год	1			Комплекс 4
102	Контрольный урок	1			Комплекс 4

