

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

КГБОУ "Бийский лицей-интернат Алтайского края"

РАССМОТРЕНО
Заседанием кафедры физического
воспитания

_____ Зав. кафедрой Рехтин
А.И.,

Протокол №1

от "16" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор

_____ Полежаева Н.В.

Приказ №243-У

от "18" августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (ID 2491126)

учебного предмета
«Физическая культура»

для 2 класса начального общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Жидкова Татьяна Петровна
учитель физической культуры

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались 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 нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов 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 детей младшего школьного возраста. 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 младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся 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 школьников, 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 младших школьников 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 является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками 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 школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование»

вводится образовательный модуль «Прикладноориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся 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 Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, 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.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

Во 2 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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 поочерёдно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка. Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом; спуск с небольшого склона в основной стойке; торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

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.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

По окончании **второго года обучения** учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения;

коммуникативные УУД:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (в пределах изученного);

- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности;

регулятивные УУД:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим учащимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

Предметные результаты

К концу обучения во втором классе обучающийся научится:

- 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;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом; спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- 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

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	0	01.09.2022	обсуждают рассказ учителя о появлении подвижных игр, устанавливают связь подвижных игр с подготовкой к трудовой и военной деятельности, приводят примеры из числа освоенных игр;; обсуждают рассказ учителя о появлении первых соревнований, связывают их появление с появлением правил и судей, контролирующих их выполнение;; приводят примеры современных спортивных соревнований и объясняют роль судьи в их проведении;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
1.2.	Зарождение Олимпийских игр	1	0	0	11.11.2022	обсуждают рассказ учителя, анализируют поступок Геракла как причину проведения спортивных состязаний;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		2						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Физическое развитие	0.25	0	0	10.11.2022	знакомятся с понятием «физическое развитие» и основными показателями физического развития (длина и масса тела, форма осанки);; наблюдают за образцами способов измерения длины и массы тела, определения формы осанки;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2.2.	Физические качества	0.25	0	0	09.11.2022	знакомятся с понятием «физические качества», рассматривают физические качества как способность человека выполнять физические упражнения, жизненно важные двигательные, спортивные и трудовые действия;; устанавливают положительную связь между развитием физических качеств и укреплением здоровья человека;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2.3.	Сила как физическое качество	0.5	0	0	14.02.2023	разучивают упражнения на развитие силы основных мышечных групп (рук, ног, спины и брюшного пресса);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2.4.	Быстрота как физическое качество	0.5	0	0	06.04.2023	знакомятся с понятием «быстрота», рассматривают быстроту как физическое качество человека, анализируют факторы, от которых зависит проявление быстроты (быстрота реакции, скорость движения);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2.5.	Выносливость как физическое качество	0.25	0	0	13.02.2023	знакомятся с понятием «выносливость», рассматривают выносливость как физическое качество человека, анализируют факторы, от которых зависит проявление выносливости (потребление кислорода, лёгочная вентиляция, частота сердечных сокращений);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2.6.	Гибкость как физическое качество	0.5	0	0	12.11.2022	разучивают упражнения на развитие гибкости (повороты и наклоны в разные стороны, маховые движения руками и ногами);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2.7.	Развитие координации движений	0.5	0	0	07.04.2023	знакомятся с понятием «равновесие», рассматривают равновесие как физическое качество человека, анализируют факторы, от которых зависит проявление равновесия (точность движений, сохранение поз на ограниченной опоре);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/

2.8.	Дневник наблюдений по физической культуре	0.25	0	0	11.02.2023	знакомятся с образцом таблицы оформления результатов измерения показателей физического развития и физических качеств, обсуждают и уточняют правила её оформления;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		3						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Закаливание организма	0.5	0	0	11.04.2023	знакомятся с влиянием закаливания при помощи обтирания на укрепление здоровья, с правилами проведения закаливающей процедуры;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
3.2.	Утренняя зарядка	1	0	0	20.12.2022	наблюдают за образцом выполнения упражнений учителем, уточняют правила и последовательность выполнения упражнений комплекса;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
3.3.	Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	0.5	0	0	10.04.2023	составляют индивидуальный комплекс утренней зарядки по правилам из предлагаемых упражнений, определяют их последовательности и дозировки (упражнения на пробуждение мышц; усиление дыхания и кровообращения; включение в работу мышц рук, туловища, спины, живота и ног; восстановление дыхания);	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		2						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0	0	15.11.2022	разучивают правила поведения на уроках гимнастики;; и акробатики, знакомятся с возможными травмами в случае их невыполнения;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	1	0	0	20.10.2022	обучаются передвижению в колонне по одному с изменением скорости передвижения по одной из команд: «Шире шаг!», «Короче шаг!», «Чаше шаг!», «Реже шаг!»;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка	2	0	0	25.10.2022	знакомятся с разминкой как обязательным комплексом упражнений перед занятиями физической культурой;; наблюдают за выполнением образца разминки, уточняют последовательность упражнений и их дозировку;; записывают и разучивают упражнения разминки и выполняют их в целостной комбинации (упражнения для шеи; плеч; рук; туловища; ног, голеностопного сустава);	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой	3	0	0	22.11.2022 29.11.2022	разучивают вращение скакалки, сложенной вдвое, поочередно правой и левой рукой соответственно с правого и левого бока и перед собой;; разучивают прыжки на двух ногах через скакалку, лежащую на полу, с поворотом кругом;; разучивают прыжки через скакалку на двух ногах на месте (в полной координации);	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом	3	0	0	16.02.2023 28.02.2023	разучивают подбрасывание и ловлю мяча одной рукой и двумя руками;; обучаются приседанию с одновременным ударом мяча о пол одной рукой и ловлей после отскока мяча двумя руками во время выпрямления;; обучаются подниманию мяча прямыми ногами, лёжа на спине;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/

4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные движения	2	0	0	13.04.2023 18.04.2023	знакомятся с хороводным шагом и танцем галоп, наблюдают образец учителя, выделяют основные элементы в танцевальных движениях;; разучивают движения танца галоп (приставной шаг в сторону и в сторону с приседанием);; разучивают шаг галопом в сторону (по фазам движения и в полной координации);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	0	0	22.12.2022	повторяют правила подбора одежды и знакомятся с правилами подготовки инвентаря для занятий лыжной подготовкой;; изучают правила поведения при передвижении по лыжной трассе и выполняют их во время лыжных занятий;; анализируют возможные негативные ситуации, связанные с невыполнением правил поведения, приводят примеры;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.8.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	5	0	0	27.12.2022 19.01.2023	наблюдают и анализируют образец учителя, выделяют основные элементы передвижения двухшажным попеременным ходом, сравнивают их с элементами скользящего и ступающего шага;; разучивают имитационные упражнения в передвижении двухшажным попеременным ходом (скользящие передвижения без лыжных палок);; разучивают передвижение двухшажным попеременным ходом (по фазам движения и в полной координации);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.9.	Модуль "Лыжная подготовка". Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	0	24.01.2023	наблюдают образец спуска учителя с небольшого пологого склона в основной стойке, анализируют его, выделяют технические особенности (спуск без лыжных палок и с палками);; наблюдают образец техники подъёма лесенкой учителем, анализируют и выделяют трудные элементы в его выполнении;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.10	Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными палками и падением на бок	1	0	0	26.01.2023	наблюдают и анализируют образец техники торможения палками во время передвижения по учебной трассе, обращают внимание на расстояние междупереди и сзади идущими лыжниками;; наблюдают и анализируют образец учителя по технике торможения способом падения на бок, акцентируют внимание на положении лыжных палок во время падения и подъёма;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.11.	Модуль "Лёгкая атлетика". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	0	06.09.2022	изучают правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой, анализируют возможные негативные ситуации, связанные с невыполнением правил поведения, приводят примеры;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.12.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень	4	0	0	25.04.2023 11.05.2023	разучивают упражнения в бросках малого мяча в неподвижную мишень: 1 — стоя лицом и боком к мишени (сверху, снизу, сбоку); 2 — лёжа на спине (снизу) и животе (сбоку, располагаясь ногами и головой к мишени).;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.13.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения	2	0	0	08.09.2022 13.09.2022	разучивают сложно координированные прыжковые упражнения;; толчком двумя ногами по разметке;; толчком двумя ногами с поворотом в стороны;; толчком двумя ногами с одновременным и последовательным разведением ног и рук в стороны, сгибанием ног в коленях;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/

4.14.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	2	0	0	04.10.2022 06.10.2022	наблюдают образец учителя, анализируют и обсуждают особенности выполнения основных фаз прыжка;; обучаются технике приземления при спрыгивании с горки гимнастических матов;; обучаются напрыгиванию на невысокую горку гимнастических матов с прямого разбега;; выполняют прыжок в высоту с прямого разбега в полной координации;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.15.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	0	20.04.2023	наблюдают образцы техники передвижения ходьбой по гимнастической скамейке, анализируют и обсуждают их трудные элементы;; разучивают передвижение равномерной ходьбой, руки на поясе;; разучивают передвижение равномерной ходьбой с перешагиванием через лежащие на скамейке предметы (кубики, набивные мячи и т. п.);; разучивают передвижения ходьбой в полуприседе и приседе с опорой на руки;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.16.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения	4	0	0	15.09.2022 27.09.2022	наблюдают образцы техники сложно координированных беговых упражнений, анализируют и обсуждают их трудные элементы;; выполняют бег с поворотами и изменением направлений (бег змейкой, с обеганием предметов, с поворотом на 180°);; выполняют бег с ускорениями из разных исходных положений (из упора присев и упора лёжа; спиной и боком вперёд; упора сзади сидя, стоя, лёжа);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4.17.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	17	0	0	02.03.2023 04.04.2023	наблюдают и анализируют образцы технических действий игры баскетбол, выделяют трудные элементы и уточняют способы их выполнения;; разучивают технические действия игры баскетбол (работа в парах и группах);; разучивают правила подвижных игр с элементами баскетбола и знакомятся с особенностями выбора и подготовки мест их проведения;; организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр с техническими действиями игры баскетбол;; наблюдают и анализируют образцы технических действий игры футбол, выделяют трудные элементы и уточняют способы их выполнения;; разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах);; разучивают правила подвижных игр с элементами футбола и знакомятся с особенностями выбора и подготовки мест их проведения;; организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр с техническими действиями игры футбол;; наблюдают и анализируют содержание подвижных игр на развитие равновесия, выделяют трудные элементы и уточняют способы их выполнения;; разучивают правила подвижных игр и знакомятся с выбором и подготовкой мест их проведения;; разучивают подвижные игры на развитие равновесия и участвуют в совместной их организации и проведении;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		51						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								

5.1.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10	0	0	31.01.2023 09.02.2023	<p>знакомятся с правилами соревнований по комплексу ГТО и совместно обсуждают его нормативные требования, наблюдают выполнение учителем тестовых упражнений комплекса, уточняют правила их выполнения;; совершенствуют технику тестовых упражнений, контролируют её элементы и правильность выполнения другими учащимися (работа в парах и группах);; разучивают упражнения физической подготовки для самостоятельных занятий;;</p> <p>1 — развитие силы (с предметами и весом собственного тела);;</p> <p>2 — развитие выносливости (в прыжках, беге и ходьбе);;</p> <p>3 — развитие равновесия (в статических позах и передвижениях по ограниченной опоре);;</p> <p>4 — развитие координации (броски малого мяча в цель, передвижения на возвышенной опоре);</p> <p>Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;</p>	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		10						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	0	01.09.2022	Устный опрос;
2.	Модуль "Лёгкая атлетика". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	0	06.09.2022	Практическая работа;
3.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения. Толчком двумя ногами по разметке, с поворотом в стороны	1	0	0	08.09.2022	Практическая работа;
4.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения. Толчком двумя ногами с одновременным и последовательным разведением ног и рук в стороны, сгибанием ног в коленях	1	0	0	13.09.2022	Практическая работа;
5.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения. Бег с поворотами и изменением направлений (бег змейкой, с обеганием предметов, с поворотом на 180°)	1	0	0	15.09.2022	Практическая работа;

6.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения. Бег с ускорениями из разных исходных положений (из упора присев и упора лёжа)	1	0	0	20.09.2022	Практическая работа;
7.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения. Бег с ускорениями из разных исходных положений (спиной и боком вперёд).	1	0	0	22.09.2022	Практическая работа;
8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения. Бег с ускорениями из разных исходных положений (из упора сзади сидя, стоя, лёжа)	1	0	0	27.09.2022	Практическая работа;
9.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Прыжок в длину с места	1	0	0	29.09.2022	Практическая работа;
10.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	0	04.10.2022	Практическая работа;
11.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	0	06.10.2022	Практическая работа;
12.	Правила в подвижных играх	1	0	0	11.10.2022	Практическая работа;
13.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	0	13.10.2022	Практическая работа;
14.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	0	18.10.2022	Практическая работа;
15.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	1	0	0	20.10.2022	Практическая работа;

16.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка	1	0	0	25.10.2022	Практическая работа;
17.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Упражнения физической подготовки для самостоятельных занятий:- развитие силы	1	0	0	27.10.2022	Практическая работа;
18.	Зарождение Олимпийских игр	1	0	0	08.11.2022	Устный опрос;
19.	Физическое развитие. Физические качества. Гибкость как физическое качество	1	0	0	10.11.2022	Практическая работа;
20.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0	0	15.11.2022	Практическая работа;
21.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка	1	0	0	17.11.2022	Практическая работа;
22.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой. Вращение скакалки, сложенной вдвое	1	0	0	22.11.2022	Практическая работа;
23.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой. Прыжки на двух ногах через скакалку, лежащую на полу	1	0	0	24.11.2022	Практическая работа;

24.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте	1	0	0	29.11.2022	Практическая работа;
25.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Развитие равновесия	1	0	0	01.12.2022	Практическая работа;
26.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Развитие равновесия в статических позах и передвижениях	1	0	0	06.12.2022	Практическая работа;
27.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Развитие равновесия в статических позах и передвижениях	1	0	0	08.12.2022	Практическая работа;
28.	Подвижные игры. с мячом.	1	0	0	13.12.2022	Практическая работа;
29.	Подвижные игры. Эстафеты	1	0	0	15.12.2022	Практическая работа;
30.	Утренняя зарядка	1	0	0	20.12.2022	Практическая работа;
31.	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	0	0	22.12.2022	Практическая работа;
32.	Модуль "Лыжная подготовка". Техника ранее освоенных лыжных ходов.	1	0	0	27.12.2022	Практическая работа;
33.	Модуль "Лыжная подготовка". Имитационные упражнения в передвижении двухшажным попеременным ходом	1	0	0	29.12.2022	Практическая работа;

34.	Модуль "Лыжная подготовка". Скользящие передвижения без лыжных палок	1	0	0	12.01.2023	Практическая работа;
35.	Модуль "Лыжная подготовка". Скользящие передвижения без лыжных палок	1	0	0	17.01.2023	Практическая работа;
36.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	0	19.01.2023	Практическая работа;
37.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	0	24.01.2023	Практическая работа;
38.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	0	26.01.2023	Практическая работа;
39.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Развитие координации	1	0	0	31.01.2023	Практическая работа;
40.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Развитие координации	1	0	0	02.02.2023	Практическая работа;
41.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств	1	0	0	07.02.2023	Практическая работа;
42.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств	1	0	0	09.02.2023	Практическая работа;

43.	Выносливость как физическое качество Сила как физическое качество. Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	0	14.02.2023	Практическая работа;
44.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом	1	0	0	16.02.2023	Практическая работа;
45.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом. Приседания с одновременным ударом мяча о пол одной рукой и ловлей после отскока мяча	1	0	0	21.02.2023	Практическая работа;
46.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом. Поднимание мяча прямыми ногами, лёжа на спине	1	0	0	28.02.2023	Практическая работа;
47.	Подвижные игры. Техника ведения мяча на месте	1	0	0	02.03.2023	Практическая работа;
48.	Подвижные игры. Техника ведения мяча на в движении.	1	0	0	07.03.2023	Практическая работа;
49.	Подвижные игры. Передача мяча в парах на месте	1	0	0	09.03.2023	Практическая работа;
50.	Подвижные игры. Передача мяча в парах в движении	1	0	0	14.03.2023	Практическая работа;
51.	Подвижные игры. Передвижения различными способами	1	0	0	16.03.2023	Практическая работа;
52.	Подвижные игры. Передвижение с ведением мяча	1	0	0	21.03.2023	Практическая работа;
53.	Подвижные игры. Учебно-тренировочная подвижная игра	1	0	0	23.03.2023	Практическая работа;

54.	Технические действия игры баскетбол (работа в парах и группах)	1	0	0	04.04.2023	Практическая работа;
55.	Быстрота как физическое качество Развитие координации движений	1	0	0	06.04.2023	Практическая работа;
56.	Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки. Закаливание организма	1	0	0	11.04.2023	Практическая работа;
57.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные движения	1	0	0	13.04.2023	Практическая работа;
58.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные движения	1	0	0	18.04.2023	Практическая работа;
59.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	0	20.04.2023	Практическая работа;
60.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень. Упражнения в бросках малого мяча в неподвижную мишень стоя лицом и боком к мишени	1	0	0	25.04.2023	Практическая работа;
61.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень. Упражнения в бросках малого мяча в неподвижную мишень лёжа на спине	1	0	0	27.04.2023	Практическая работа;

62.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень. Упражнения в бросках малого мяча в неподвижную мишень располагаясь ногами и головой к мишени.	1	0	0	04.05.2023	Практическая работа;
63.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	0	11.05.2023	Практическая работа;
64.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств. Метание	1	0	0	16.05.2023	Практическая работа;
65.	Технических действий игры футбол	1	0	0	18.05.2023	Практическая работа;
66.	Технических действий игры футбол, работа в парах и группах	1	0	0	23.05.2023	Практическая работа;
67.	Правила подвижных игр с элементами футбола	1	0	0	25.05.2023	Практическая работа;
68.	Подвижные игры с элементами футбола	1	0	0	30.05.2023	Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-2 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура : 1—2 классы : методическое пособие /

О. А. Немова. — М. : Вентана-Граф, 2017.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/subject/9/2/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Свисток, сантиметровая лента, фишки, секундомер, малый мяч, большой мяч, линейка, гимнастические маты, гимнастическая стенка, навесная перекладина, гимнастическая скамейка, гимнастические палки, скакалки, обручи лыжи; лыжные палки, баскетбольный мяч, футбольный мяч, волейбольный мяч.

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

