

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №54 г. Улан-Удэ»

«Утверждаю»

Директор школы: _____

А.Б. Будаев

«__» _____ 2023 г.



Рабочая программа

Предмет физическая культура

УМК Школа России

Класс 2 Кол-во часов _____

Учитель Васильева Т. В.

Категория _____

Обсуждено на заседании МО

Протокол № 5 от 05.06.2023

Согласовано на научно-методическом совете

Протокол №6 от 05.06.2023

г. Улан-Удэ

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе свободы к результатам освоения начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформированных в федеральных программах рабочей среды воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом требований современного российского общества в физически прочном и деятельном подрастающем поколении, способном активно проявляться в формах здорового образа жизни, использовать физические ценности 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 физической, психической и социальной природы, содействует чувственному здоровью, повышает физические свойства организма, развитие 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 продуктивной самостоятельности в широких формах занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели связано с ориентацией на образовательную деятельность на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретением увлечения и заинтересованностью в самостоятельной деятельности, развитием физических величин и освоением физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивать ориентацию учебного предмета «Физическая культура» зависит от обучающихся у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических величин и обучения занятиям разной функциональной направленности. Существенным достижением является постоянное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт обладания впечатлениями и интересами по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведением физкультурминуток и утренней зарядки, закалывающих проблем, подверженных опасности и подверженности опасностям.

Воспитывающее значение школьного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории традиции и физической культуры, и спорта России, культурного интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознания роли занятий физической культурой в закреплённых за здоровьем, организациях, занимающихся отдыхом и досугом. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и поведение, общение и взаимодействие со сверстниками и учителями, оценка своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической структуры структуры и программы содержания 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 обучающихся двигательной деятельности, воплощающей в себе содержание учебного предмета «Физическая культура». Активная деятельность оказывает влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационные, операционные и мотивационно-процессуальные компоненты, которые находят свое отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В связи с рассмотрением мотивационного определения предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в программе по физической культуре в разделе «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная разработка культуры». Данный вид деятельности представляет собой особую группу интересов

для занятий спортом и активного участия в спортивных соревнованиях, развития индивидуальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание фонда «Прикладно-ориентированная культура» контролируется базой данных по видам спорта, которые являются универсальными образовательными организациями из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных ресурсов, наличием источников материально-технического снабжения, квалифицированного педагогического состава. Образовательные организации взяли собственное содержание для модуля «Прикладно-ориентированная культура» и повлияли на него: популярные виды спорта, подвижные игры и спортивные школы, обнаруживаемые на этнокультурных, природных и традиционных традициях региона и региона. Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные ее содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знание физической культуры», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучается с помощью современных научно обоснованных средств исследования, методов и форм обучения, информационнокоммуникативных технологий и передового педагогического опыта

Взаимосвязь с программой воспитания.

Изучение предмета «Физическая культура» позволяет заложить основу для развития: и воспитания у учащихся на уровне начального общего образования следующих целевых ориентиров:

- гражданское воспитание — формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры;

- патриотическое воспитание — воспитание любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;

- духовно-нравственное воспитание — воспитание на основе духовнонравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, справедливости, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков;

- эстетическое воспитание — формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;

- физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия — развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;

- трудовое воспитание — воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентация на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности;

- экологическое воспитание — формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды;

- ценности научного познания — воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.

В связи с отсутствием спортивного зала программа скорректирована: заменены виды силовых, гимнастических упражнений на игры, беседы. Уроки в зимнее время проводятся в кабинетах, в

теплом переходе, в коридорах школы. Также зимой проводятся уроки по лыжной подготовке. Уроки начинаются с общеразвивающих упражнений. Далее следует теоретическая часть урока: беседы, презентации, викторины, игры.

В тёплое время уроки проводятся на спортивной площадке, на участке возле школы.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане.

Общее число часов, отведенных на изучение «Физическая культура» – во 2 классе – 68ч.

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 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

Распределение учебных часов по разделам программы с учётом программы воспитания с указанием часов, отводимых на изучение каждой темы

| № | Раздел | Модуль рабочей программы воспитания «Школьный урок» | Кол-во часов | |
|----|--|---|--------------|--------------------|
| 1. | Основы знаний о физической культуре | Укреплять здоровье и содействовать правильному физическому развитию формировать двигательные умения и навыки развивать двигательные (физические) качества; формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься ей воспитывать позитивные морально-волевые качества готовить учеников к сдаче норм комплекса ГТО | 3 | теория |
| 2 | Подвижные игры | воспитание культуры эмоционального поведения в игровой деятельности; - развитие мотивации учебной деятельности | 18 | теория практика |
| 4 | Легкоатлетические упражнения | Воспитание активности, самостоятельности и нравственно-волевых черт личности | 15 | теория практика |
| 5 | Настольные игры | Воспитание личностных качеств(эстетических, нравственных и т.д.) | 10 | теория практика |
| 6. | Лыжная подготовка | Воспитание активности, самостоятельности и нравственно-волевых черт личности | 5 | практика |
| 7. | Подвижные игры с элементами мини-футбола | воспитание культуры эмоционального поведения в игровой деятельности; - развитие мотивации учебной деятельности | 5 | практика |
| 8. | Подвижные игры с элементами баскетбола | воспитание культуры эмоционального поведения в игровой деятельности; - развитие мотивации учебной деятельности | 5 | практика |
| 9. | Подвижные игры связанные с региональными и национальными | воспитание культуры эмоционального поведения в игровой деятельности; - развитие мотивации учебной деятельности | 7 | Теория практика |

| | | | |
|---------------|--|----|--|
| особенностями | | | |
| Итого | | 68 | |

Календарно – тематическое планирование по физической культуре

| № п/п | Тема | Кол-во часов | Дата | Спортивное оборудование |
|-------|--|--------------|------|-------------------------|
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. Овладение знаниями | 1 | | |
| 2. | Освоение навыков бега, развитие скоростных и координационных способностей | 1 | | |
| 3. | Совершенствование навыков бега и развитие выносливости | 1 | | |
| 4. | Совершенствование навыков бега и развитие выносливости | 1 | | |
| 5. | Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей | 1 | | |
| 6. | Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей | 1 | | |
| | <i>Гимнастика.</i> | | | |
| 7. | Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей | 1 | | |
| 8. | Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей | 1 | | |
| 9. | Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей | 1 | | |
| 10. | Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей | 1 | | |
| 11. | Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей | 1 | | |
| 12. | Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей | 1 | | |
| 13. | Освоение навыков равновесия | 1 | | |
| 14. | Освоение танцевальных упражнений и развитие координационных способностей | 1 | | |
| 15. | Освоение строевых упражнений | 1 | | |
| 16. | Освоение строевых упражнений | 1 | | |
| 17. | Освоение акробатических упражнений и | 1 | | |

| | | | | |
|-----|--|---|--|-------------------------|
| | развитие координационных способностей | | | |
| 18. | Освоение общеразвивающих упражнений без предметов, развитие координационных способностей, силы и гибкости, а также правильной осанки | 1 | | |
| | 2 четверть | | | |
| 19 | Освоение общеразвивающих упражнений с предметами, развитие координационных, силовых способностей, и гибкости. | 1 | | |
| 20 | Освоение общеразвивающих упражнений с предметами, развитие координационных, силовых способностей, и гибкости. | 1 | | |
| 21 | Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей к ориентированию в пространстве | 1 | | |
| 22 | Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей к ориентированию в пространстве | 1 | | |
| 23 | Закрепление и совершенствование навыков прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве | 1 | | |
| 24 | Закрепление и совершенствование навыков прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве | 1 | | |
| 25 | Закрепление и совершенствование навыков прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве | 1 | | |
| 26 | Закрепление и совершенствование метаний малого мяча на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей | 1 | | Малый мяч |
| 27 | Закрепление и совершенствование метаний малого мяча на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей | 1 | | Малый мяч |
| 28 | Закрепление и совершенствование метаний малого мяча на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей | 1 | | Малый мяч |
| 29 | Подвижные игры. | 1 | | Мячи, скакалки, обручи. |

| | | | | |
|------------------------|---|---|--|------------------------|
| 30 | Подвижные игры. | 1 | | Мячи, скакалки, обручи |
| 31 | Подвижные игры. | 1 | | Мячи, скакалки, обручи |
| 32 | Подвижные игры. | 1 | | Мячи, скакалки, обручи |
| 3 четверть | | | | |
| 33 | Настольные игры. | 1 | | Шашки, лото, домино. |
| 34 | Настольные игры. | 1 | | Шашки, лото, домино. |
| 35 | Настольные игры. | 1 | | Шашки, лото, домино. |
| 36 | Настольные игры. | 1 | | Шашки, лото, домино. |
| 37 | Настольные игры. | 1 | | Шашки, лото, домино. |
| 38 | Шахматы. | 1 | | Шахматы |
| 39 | Шахматы. | 1 | | Шахматы |
| 40 | Шахматы. | 1 | | Шахматы |
| 41 | Лыжная подготовка. | 1 | | Лыжи, палки |
| 42 | Лыжная подготовка. | 1 | | Лыжи, палки |
| 43 | Лыжная подготовка. | 1 | | Лыжи, палки |
| 44 | Лыжная подготовка. | 1 | | Лыжи, палки |
| 45 | Лыжная подготовка. | 1 | | Лыжи, палки |
| 46 | Бурятская национальная игра. Шагай наадан. | 1 | | Игральные кости |
| 47 | Бурятская национальная игра. Шагай наадан. | 1 | | Игральные кости |
| 48 | Бурятская национальная игра. Шагай наадан. | 1 | | Игральные кости |
| 49 | Бурятская национальная игра. Шагай наадан. | 1 | | Игральные кости |
| 50 | Зимние олимпийские игры. Беседа. | 1 | | |
| 51 | Зимние олимпийские игры. Беседа. | 1 | | |
| 52 | Беседа. Бурятские национальные игры. | 1 | | |
| 4 четверть | | | | |
| Легкая атлетика | | | | |
| 53 | Урок – презентация. Спортсмены Бурятии. | 1 | | |
| 54 | Подвижные игры на свежем воздухе. | 1 | | |
| 55 | Подвижные игры на свежем воздухе. | 1 | | |
| 56 | Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. | 1 | | Большой мяч |
| 57 | Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и развитие способностей к | 1 | | Большой мяч |

| | | | | |
|-----|---|---|--|---|
| | дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. | | | |
| 58 | Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей | 1 | | Большой мяч |
| 59 | Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей | 1 | | Большой мяч |
| 60 | Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | | Волейбольный мяч |
| 61 | Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | | Волейбольный мяч |
| 62 | Подвижные игры с элементами футбола | 1 | | Футбольный мяч |
| 63 | Подвижные игры с элементами футбола | 1 | | Футбольный мяч |
| 64 | Весёлые старты | 1 | | Мячи, скакалки, обручи, флажки, конусы. |
| 65. | День Здоровья. | 1 | | Мячи, скакалки, обручи. |
| 66 | Подвижные игры | 1 | | Мячи, скакалки, обручи. |
| 67 | Подвижные игры | 1 | | Мячи, скакалки, обручи. |
| 68 | Подвижные игры | 1 | | Мячи, скакалки, обручи. |