

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ТАЛОЖЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ТОРЖОКСКОГО РАЙОНА ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ

Рассмотрено
на заседании педсовета
протокол № 1
« 31 » 08 2022 г.

Согласовано
на заседании ШМО
протокол № 1
« 31 » 08 2022 г.
Председатель ШМО
Белякова Н.И.



Утверждаю
Белякова Е.Н.
2022 г.

Рабочая программа

учебного предмета

«Физическая культура»

для 2 класс

начального общего образования

2022-2023 учебный год

Составитель:

Учитель физической культуры

Тишкова С. В.

с. Таложня

2022

Общая характеристика учебного предмета

Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня, физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

- Программа рассчитана на индивидуальные особенности учащихся, и направлена на реализацию приоритетной задачи образования - формирование всестороннего гармоничного развития личности при образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование; на развитие основных двигательных (физических) качеств — гибкости, ловкости, быстроты движений, мышечной силы и выносливости.

Планируемые результаты изучения учебного предмета

Требования к уровню подготовки обучающихся

2 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны: **иметь представление:**

- о зарождении древних Олимпийских игр;
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах проведения закаливающих процедур;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

уметь:

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;

выполнять комплексы упражнений для развития равновесия

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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.

№ п/п	Название темы	Количество часов, отводимое на освоение темы.	Планируемые образовательные результаты учащихся	Дата по плану	Дата по факту
1 Четверть. Легкая атлетика+ Подвижные игры. (18 часов.)					
1	Вводный инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по легкой атлетики. Повторение понятий «шеренга» и «колонна», строевых упражнений. ПИ«К своим флажкам!».	1	Знать технику безопасности на уроках по легкой атлетике. Уметь выполнять перестроения шеренга и колонна. Знать правила подвижной игры К своим флажкам.	01.09.	

2-3	Повторение .ОРУ (общеразвивающие упражнения). Строевые упражнения. Техника челночного бега. П/И«К своим флажкам!».	2	Уметь строиться в одну шеренгу в начале урока, выполнять разминку под показ учителя, выполнять строевые упражнения. Знать технику челночного бега. Знать правила ,уметь играть в подвижную игру «К свои флажкам.»	06.09 08.09.	
4	Проведение ОРУ в движении. Тестирование челночного бега 3x10м.	1	Уметь выполнять разминку в движении под показ учителя, правильно выполнять. челночный бег во время тестирования.	13.09	
5-6	Изучение проведения самостоятельно ОРУ. Строевые упражнения. Изучение техники метания малого мяча на дальность. П/И «Караси и щука»	2	Уметь правильно выполнять ОРУ самостоятельно, выполнять строевые упражнения ,знать технику метания малого мяча. Знать правила П/И «Караси и щука»	15.09 20.09	
7	Обучение проведения самостоятельно ОРУ. Строевые упражнения. Тестирование метания малого мяча на дальность.	1	Уметь правильно выполнять ОРУ самостоятельно, выполнять строевые упражнения. Правильно выполнять метание малого мяча на дальность во время тестирования.	22.09	
8-9	Обучение проведения самостоятельно ОРУ. Строевые упражнения Изучение высокого и низкого старта. П/И «Караси и щука»	2	Уметь правильно выполнять ОРУ самостоятельно, выполнять строевые упражнения. Уметь выполнять высокий и низкий старт. Знать правила уметь играть в П/И «Караси и щука»	27.09 29.09	
10-11	Обучение проведения самостоятельно ОРУ. Строевые упражнения Развитие скоростных способностей. Беговые упражнения. П/И «Третий лишний»	2	Уметь правильно выполнять ОРУ самостоятельно, выполнять строевые упражнения. Уметь выполнять беговые упражнения для развития скоростных способностей. Знать правила П/И «Третий лишний»	04.09 06.10	

12-13	Обучение проведения самостоятельно ОРУ.Строевые упражнения. Кроссовая подготовка. Техника выполнения бега на дистанцию 30 м. П/И «Третий лишний»	2	Уметь правильно выполнять ОРУ самостоятельно, выполнять строевые упражнения. Знать технику выполнения бега на дистанцию 30 м. Знать правила уметь играть в П/И «Третий лишний»	11.10 13.10	
14-15	Ору в движении под команду учителя. Тестирование бега на дистанцию 30м.	2	Умение выполнять ОРУ в движении под команды учителя. Умение выполнять бег на дистанцию 30 м. во время тестирования.	18.10 20.10	
16-17	Изучение выполнения ОРУ в движении самостоятельно. П/И «Кошки мышки». П/И «День-ночь»	2	Умение выполнять ОРУ в движении самостоятельно. Знать правила П/И «Кошки мышки». П/И «День-ночь»	25.10 27.10	
18	ОРУ на месте . Подвижные игры с предметами, эстафеты.	1	Умение выполнять Ору на месте. Уметь работать в команде.	08.11	
2 Четверть. Гимнастика с элементами акробатики.(16 часов)					
19	Инструктаж и ТБ на уроках гимнастики. Проведение ОРУ на координацию движений. Изучение Техники выполнения наклона вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1	Знать технику безопасности на уроках гимнастики. Уметь выполнять ОРУ на координацию. Знать технику выполнения наклона вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	10.11	
20	Ору в движении и на месте . Тестирование наклона вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1	Уметь выполнять Ору в движении и на месте. Уметь выполнять наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье во время тестирования.	15.11	
21-22	Ору в движении самостоятельно. Строевые упражнения, повороты на месте. Техника выполнения прыжков на скакалке.	2	Уметь выполнять Ору в движении самостоятельно , строевые упражнения, повороты на месте . Знать технику выполнения прыжков на скакалке.	17.11 22.11	

	П/И «Удочка»				
23-24	Ору в движении с элементами гимнастики. Строевые упражнения, перестроения. Тестирование прыжков на скакалке.	2	Уметь выполнять Ору в движении с элементами гимнастики под показ учителя, строевые упражнения, перестроения. Умение выполнять прыжки на скакалке во время тестирования.	24.11 29.11	
25-26	Ору на месте с элементами гимнастики ,строевые упражнения. Изучение выполнения лазания, перелезания и переползания. П/И «Альпинисты»	2	Уметь выполнять Ору на месте с элементами гимнастики под показ учителя, строевые упражнения. Знать выполнения лазания, перелезания и переползания. Знать правила и выполнение П/И «Альпинисты»	02.12 06.12	
27-28	Ору на месте с элементами гимнастики . Строевые упражнения. Техника выполнения кувырка в перед.	2	Уметь выполнять Ору на месте с элементами гимнастики под показ учителя. строевые упражнения. Знать Технику выполнения кувырка в перед.	09.12 13.12	
29-30	Ору на месте с элементами гимнастики , Строевые упражнения .Техника выполнения стойки на лопатках. Игра «Запрещенное движение»	2	Уметь выполнять Ору на месте с элементами гимнастики под показ учителя. строевые упражнения. Знать технику выполнения стойки на лопатках.	16.12 20.12	
31-32	Ору в движении и месте с элементами гимнастики, Техника выполнения элемента Колесо.	2	Уметь выполнять Ору в движении и на месте под показ учителя с элементами гимнастики, Знать технику выполнения элемента колесо.	23.12 27.12	
33	Ору в движении и месте с элементами гимнастики, Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезание.	1	Уметь выполнять Ору в движении и на месте под показ учителя с элементами гимнастики. Уметь проходить полосу препятствий с элементами лазанья и перелезания.	10.01	

34	Ору в движении и месте с элементами гимнастики, Подвижные игры с гимнастическими упражнениями.	1	Уметь выполнять Ору в движении и на месте под показ учителя с элементами гимнастики. Уметь выполнять гимнастические упражнения во время подвижных игр.	13.01	
3 Четверть. Лыжная подготовка(18 часов)					
35-36	Инструктаж по ТБ на уроках лыжной подготовке. Ору на месте на лыжах. Лыжная строевая подготовка.	2	Знать Технику безопасности на уроках по лыжной подготовке. Знать правила экиперовки ,подготовки лыж, выхода с лыжами на урок ,построение . Уметь выполнять Ору на месте на лыжах под показ учителя.	17.01 20.01	
37-38	Ору на месте Лыжная строевая подготовка. Освоение техники ходьбы на лыжах.	2	Уметь выполнять Ору на месте на лыжах под показ учителя. Знать правила экиперовки ,подготовки лыж, выхода с лыжами на урок ,построение .Знать технику выполнения ходьбы на лыжах.	24.01 27.01	
39-40	Ору на месте Лыжная строевая подготовка. Упражнения на развитие координационных способностей при ходьбе на лыжах.	2	Уметь выполнять Ору на месте на лыжах под показ учителя. Знать правила экиперовки ,подготовки лыж, выхода с лыжами на урок ,построение .Уметь выполнять упражнения на развитие координационных способностей при ходьбе на лыжах.	31.01 03.02	
41-42	Ору на месте Лыжная строевая подготовка. Разучивание техники передвижения скользящим шагом	2	Уметь выполнять Ору на месте на лыжах под показ учителя. Знать правила экиперовки ,подготовки лыж, выхода с лыжами на урок ,построение .Знать технику передвижения скользящим шагом.	07.02 10.02	
43-44	Ору на месте Лыжная строевая подготовка.	2	Уметь выполнять Ору на месте на лыжах под показ учителя. Знать правила	14.02 17.02	

	Передвижение скользящим шагом на скорость. П/И салки на лыжах.		экиперовки ,подготовки лыж, выхода с лыжами на урок ,построение. Уметь передвигаться скользящим шагом на скорость.		
45-46	Ору на месте Лыжная строевая подготовка. Упражнения на развитие скоростно – силовых способностей на лыжах.	2	Уметь выполнять Ору на месте на лыжах под показ учителя. Знать правила экиперовки ,подготовки лыж, выхода с лыжами на урок ,построение. Уметь выполнять упражнения на развитие скоростно – силовых способностей на лыжах.	21.02 24.04	
47-48	Ору на месте Лыжная строевая подготовка. Развитие координационных способностей при ходьбе на лыжах	2	Уметь выполнять Ору на месте на лыжах под показ учителя. Знать правила экиперовки ,подготовки лыж, выхода с лыжами на урок ,построение. Уметь передвигаться ходьбой на лыжах.	28.02 03.03	
49-50	Ору на месте Лыжная строевая подготовка. Совершенствование умения передвижения скользящим шагом	2	Уметь выполнять Ору на месте на лыжах под показ учителя. Знать правила экиперовки ,подготовки лыж, выхода с лыжами на урок ,построение. Уметь передвигаться скользящим шагом.	07.03 10.03	
51-52	Ору на месте Лыжная строевая подготовка. Эстафеты на лыжах. Подведение итогов лыжной подготовки	2	Уметь выполнять Ору на месте на лыжах под показ учителя. Знать правила экиперовки ,подготовки лыж, выхода с лыжами на урок ,построение. Уметь выполнять эстафеты на лыжах.	14.03 17.03	
4 Четверть. Легкая атлетика+ Подвижные игры (16 часов)					
53-54	Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики. Ору в движении. Техника выполнения бега на дистанцию 60м.	2	Знать технику безопасности на уроках по легкой атлетике. Уметь выполнять Ору в движении под команды учителя. Знать технику выполнения бега на дистанцию 60 м.	28.03 04.04	

	П/И «Шишки ,Желуди, Орехи»		Знать правила П/И «Шишки ,Желуди, Орехи»		
55-56	Ору в движении самостоятельно. Тестирование бега на дистанции 60.м. П/И «Воробьи вороны»	2	Уметь выполнять Ору в движении самостоятельно. Уметь выполнять бег на дистанции 60 м. во время тестирования. Знать правила П/И «Воробьи вороны»	07.04 11.04	
57-58	Ору в движении самостоятельно. Техника бега с переходом на шаг на дистанции 1 км	2	Уметь выполнять Ору в движении самостоятельно. Знать технику выполнения бега с переходом на шаг на дистанции 1 км.	14.04 18.04	
59-60	Ору в движении самостоятельно. Тестирование бега с переходом на шаг на дистанции 1 км.	2	Уметь выполнять Ору в движении самостоятельно. Уметь выполнять бег с переходом на шаг на дистанции 1 км. во время тестирования.	21.04 25.04	
61-62	Ору на месте. Техника прыжка в длину с места. П/И «Салки с прыжками»	2	Уметь выполнять Ору на месте под показ учителя. Знать технику выполнения прыжка в длину с места. Знать правила П/И «Салки прыжками»	28.04 02.05	
63-64	Ору на месте. Тестирование прыжка в длину с места.	2	Уметь выполнять Ору на месте под показ учителя. Уметь выполнять прыжки в длину с места во время тестирования.	05.05 12.05	
65-66	Ору на месте самостоятельно. Техника выполнения метания малого мяча в цель. П/И «Вышибалы»	2	Уметь выполнять Ору на месте самостоятельно. Знать технику выполнения метания малого мяча в цель. Знать правила П/И «Вышибалы».	16.05 19.05	
67-68	Ору на месте самостоятельно	2	Уметь выполнять Ору на месте самостоятельно.	23.05 26.05	

	Тестирование метания малого мяча в цель. Эстафеты.		Уметь выполнять метание малого мяча в цель во время тестирования.		