

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия № 131» г. Барнаула

Принято  
Педагогическим советом  
Протокол № 9 от 22.08.2024



Утверждено  
приказом директора  
№ 02-02/320-осн от 30.08.2024

Рабочая программа  
учебного предмета «Физическая культура»  
для 2 классов  
начального общего образования  
на 2024-2025 учебный год

Составитель: Ложечко Д.В.,  
учитель физической культуры  
первой квалификационной категории

Барнаул 2024

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Общие положения**

Настоящая рабочая программа разработана на основе:

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";

- Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Гимназия № 131»

- Федеральной рабочей программы начального общего образования по физкультуре для 1-4 классов;

- годового календарного учебного графика;

- учебного плана.

С использованием учебника для 2 класса общеобразовательных организаций: Матвеев А.П. Физическая культура: 2 класс. Москва, АО «Издательство «Просвещение» 2023

### **1.1. Цели изучения предмета**

Целью физического образования на уровне начального общего образования является воспитание у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой культуры самостоятельно в развитии развитых физических упражнений. Достижение данной цели, ориентация учебного курса на устойчивость и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических методов и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в том, чтобы у обучающихся было необходимое и достаточное физическое здоровье, уровень развития физических методов и физического обучения разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счет овладения этими принципами и навыками по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, горизонтальной и зрительной гимнастикой, проведением физкультминуток и утренней зарядки, закаливающими процедурами, наблюдениями за физическим обучением и физической подготовленностью.

Воспитывающее школьное значение предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, переходит интерес 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 развиваются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологическая структура структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования представляют собой базовые положения личностно-деятельного кабинета, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостности личности обучающихся. Достижение целостности развития становится возможным благодаря освоению обучающимися средств двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и в любой деятельности, она включает в себя информационные, операциональные и мотивационно-процессуальные компоненты, которые находят свое отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной направленности учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в типовой программе по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная графическая культура». Данный модуль позволит поддержать интерес обучающихся к занятиям спортом и активному участию в конкурентных соревнованиях, формированию соревновательной деятельности в стране и системном динамичном образовании.

### **1.3. Место предмета в учебном плане**

Согласно учебному плану гимназии на изучение физической культуры в 2 классах отводится 2 часа в неделю. Третий час за счет часов внеурочной деятельности. В соответствии с годовым календарным учебным графиком в учебном году 34 недели.

Класс	2
Кол-во часов в неделю	2
Кол-во часов за учебный год	68

### **1.4. Отличительные особенности рабочей программы**

Тематическое планирование учебного материала полностью соответствует примерной рабочей программе начального общего образования по физической культуре.

Теоретический материал раздела «Знания о физической культуре» распределен в уроках №; 1, 2, 9.

Теоретический материал раздела «Способы самостоятельной деятельности» содержится в уроках №. 18,19,32,33,

Раздел «Оздоровительная физическая культура» распределен в уроках № 63,64.

### **1.5. Учет рабочей программы воспитания**

Рабочая программа составлена с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал предмета реализуется через:

побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих упражнений, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, дискуссий, групповой работы или работы в парах, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;

создание возможности приобрести опыт ведения конструктивного диалога, командной работы и взаимодействия с другими обучающимися.

## II. Содержание учебного предмета

### *Знания о физической культуре*

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

### *Способности самостоятельной деятельности*

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника 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. Строительные команды в строительстве и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одинаковой 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 руки. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

#### Лыжная подготовка

Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение душажным попеременным ходом, спуск с небольшого склона в основной стойке, торможение лыжными палками на учебной трассе и падение на бок во время спуска.

#### Легкая атлетика

Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. Бросок мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, при движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямым разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорение из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с понижением умеренного замедления.

#### Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приемами других игр (баскетбол, футбол).

#### Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных средств средств мобильных и устойчивых игр.

### **III. Планируемые образовательные результаты**

#### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Программы освоения личностных результатов по физической культуре на уровне начального общего образования предусматриваются в рамках образовательной и воспитательной деятельности в соответствии с переменами, предусмотренными социокультурными и духовно-нравственными ценностями, проводимыми в соответствии с правилами и нормами поведения и соблюдающими процессами самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося формируются следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитие физической культуры народов России, осознание ее связи с трудовой сферой и укреплением здоровья человека;
- обеспечивает морально-этические нормы поведения и правила межличностного общения во время подвижных игр и строгое соблюдение требований, выполнение оператором инструкций;
- вежливое отношение к соперникам во время соревновательной деятельности, оказание первой помощи при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к проведению национальных государственных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- повышенный интерес к изучению естественного физического развития и физической подготовки, занятий физической культурой и спортом по их показателям.

#### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающихся формируются познавательные универсальные технологические, коммуникативные универсальные технологические действия, регулятивные универсальные технологические действия, современные виды деятельности.

К концу обучения во 2 классе у обучающихся будут сформированы следующие универсальные технологические действия.

##### **Познавательные универсальные технологические действия :**

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и стабильностью здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений для развития различных физических примеров, приводить примеры и выполнять их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, основывать комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушений осанки;

- вести наблюдение за изменениями показателей физического развития и физических методов, проводить процедуры их измерения.

#### **Коммуникативные универсальные технологические действия :**

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить ее положительное воздействие на организм обучающихся (в пределах изучаемого);
- исполнять роль капитана и судьи в живых собраниях, аргументированно высказывать мнения о своих действиях и принимать решения;
- делать небольшие сообщения в период возникновения подвижных игр и в более позднее время, планировать режим дня, способы измерения показателей физического развития и подготовки физической силы.

#### **Регулятивные универсальные технологические действия :**

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их содержания, находить в них отличия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять научные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических методов в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных занятий, соблюдать культуру общения и уважительное обращение к другим обучающимся;
- Контролируйте соблюдение правил двигательных действий в подвижных играх, контролируйте эмоциональную сдержанность при устранении ошибок.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **2 КЛАСС**

К завершению обучения во **2 классе** учащиеся достигают следующих результатов по предметам программы по физической культуре:

- приведем основные положения и выскажем свое мнение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, проводить измерения с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдение за их изменениями;
- Выполнять броски детского (теннисного) мяча в мишень из разных положений и других методов, переходя к манере подбрасывания гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасыванию его руками на руку, перекачиванию;
- переходный танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямым разбегом;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, опускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры для развития основных физических качеств, используя технические приемы из традиционных игр;
- –□Выполните упражнения по развитию физического материала.

**IV. Тематическое поурочное планирование по физической культуре**  
**2 класс, 2 часа в неделю, всего 68 часов.**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Раздел. Физическое совершенствование</b>			
<b>Модуль «Легкая атлетика» 8 ч</b>			
1.	Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. История подвижных игр и соревнований в древних народах	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/</a>
2.	Начали с поворотами и изменениями. Зарождение Олимпийских игр	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/</a>
3.	Начали с поворотами и изменениями	1	
4.	Броски мяча в неподвижную мишень	1	
5.	Броски мяча в неподвижную мишень	1	
6.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель	1	
7.	Сложно координированные прыжковые прыжки	1	
8.	Сложно координированные прыжковые прыжки	1	
<b>Модуль «Подвижные и спортивные игры» Футбол 9ч</b>			
9.	Футбольный бильярд. Современные Олимпийские игры.	1	
10.	Футбольный бильярд.	1	
11.	Бросок ногой	1	
12.	Бросок ногой	1	
13.	Гонка мячей и слалом с мячом	1	
14.	Гонка мячей и слалом с мячом	1	
15.	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/</a>
16.	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/</a>
17.	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/</a>
<b>Модуль «Гимнастика с основами акробатики» 14 ч</b>			
18.	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики. Физические качества.	1	
19.	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики. Развитие согласительных движений	1	

20.	Строевые действия и команды	1	
21.	Строевые действия и команды	1	
22.	Прыжковые игры	1	
23.	Гимнастическая разминка	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/</a>
24.	Ходьба на гимнастической скамейке	1	
25.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокую перекладину – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	
26.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/</a>
27.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низком перекладине 90 см - девочка	1	
28.	Упражнения с гимнастическим мячом	1	
29.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения на гимнастической скале	1	
30.	Танцевальные гимнастические движения	1	
31.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	
Модуль «Лыжная подготовка» 14 ч			
32.	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Дневник наблюдений по физической культуре	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/</a>
33.	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Физическое развитие.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/</a>
34.	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/</a>
35.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a>
36.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a>
37.	Спуск с небольшой горы в основной стойке	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a>



38.	Спуск с небольшой горы в основной стойке	1	
39.	Спуск с небольшой горы в основной стойке	1	
40.	Спуск с небольшой горы в основной стойке	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a>
41.	Торможение лыжными палками на учебной трассе и падения на бок во время спуска	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a>
42.	Торможение лыжными палками на учебной трассе и падения на бок во время спуска	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a>
43.	Торможение лыжными палками на учебной трассе и падения на бок во время спуска	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a>
44.	Торможение лыжными палками на учебной трассе и падения на бок во время спуска	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a>
45.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км	1	
Модуль «Подвижные и спортивные игры» Баскетбол 8 ч			
46.	Прием «волна» в баскетболе.	1	
47.	Прием «волна» в баскетболе	1	
48.	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/</a>
49.	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/</a>
50.	Приемы баскетбола: мяч по среднему и мяч по соседу	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/</a>
51.	Приемы баскетбола: мяч по среднему и мяч по соседу	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/</a>
52.	Игры с приемами баскетбола	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/</a>
53.	Игры с приемами баскетбола	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/</a>

			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/">esson/5130/start/</a>
Модуль «Легкая атлетика» 9 ч.			
54.	Прыжок в высоту с прямым разбега	1	
55.	Прыжок в высоту с прямым разбега	1	
56.	Сложно координационные беговые упражнения	1	
57.	Сложно координационные беговые упражнения	1	
58.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение за границу	1	
59.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3x10 м	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/</a>
60.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/</a>
61.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/</a>
62.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двух ног	1	
Прикладно-ориентированная физическая культура 6 ч			
63.	Правила выполнения средних нормативов 2 ступени. Закаливание организма	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/</a>
64.	Правила выполнения средних нормативов 2 ступени. Утренняя зарядка, составление индивидуальных комплексов	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/</a>
65.	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСГ ГТО	1	
66.	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСГ ГТО	1	
67.	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (испытаний) 2 ступени ГТО	1	
68.	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (испытаний) 2 ступени ГТО	1	

## **V. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение**

Учебник: Матвеев А.П. Физическая культура: 3 класс. Москва, АО «Издательство  
«Просвещение» 2023

### **VI. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

<b>Наименование объектов и средств материально-технического оснащения</b>	<b>Количе- ство</b>
Музыкальный центр	1
Стенка гимнастическая	6
Скамейка гимнастическая жесткая (2 м; 4 м)	4
Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскет-больные щиты)	6
Мяч	30
Лыжи	30
Гимнастический Мат	10

### Лист внесения изменений 2 «А» класс

№ п/п	Дата внесения изменений	Кол-во скорректированных уроков	В чем состоят изменения	Номера уроков, которые были интегрированы	Причина изменений № приказа, дата его издания	Согласование с зам. директора по УВР	Подпись учителя

### Лист внесения изменений 2 «Б» класс

№ п/п	Дата внесения изменений	Кол-во скорректированных уроков	В чем состоят изменения	Номера уроков, которые были интегрированы	Причина изменений № приказа, дата его издания	Согласование с зам. директора по УВР	Подпись учителя

### Лист внесения изменений 2 «В» класс

№ п/п	Дата внесения изменений	Кол-во скорректированных уроков	В чем состоят изменения	Номера уроков, которые были интегрированы	Причина изменений № приказа, дата его издания	Согласование с зам. директора по УВР	Подпись учителя

### Лист внесения изменений 2 «Г» класс

№ п/п	Дата внесения изменений	Кол-во скорректированных уроков	В чем состоят изменения	Номера уроков, которые были интегрированы	Причина изменений № приказа, дата его издания	Согласование с зам. директора по УВР	Подпись учителя