

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

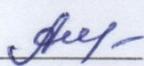
Министерство образования Приморского края

ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ЗАТО ФОКИНО

МБОУ СОШ № 251

РАССМОТРЕНО

Руководителем МО

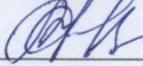


Анискиной М.В.

Приказ №41/9-Д
от «29» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Завучем по УВР



Шамхаловой Р.З.

Приказ №50-Д
от «29» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о.директора МБОУ
СОШ №251



Приказ №50-Д
от «29» 08 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2143570)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 2 классов

г.Фокино 2024-2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом 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 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 их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию 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 творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, 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 обучающихся 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 физкультминуток 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 являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися 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 обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся 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 программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава.

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.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

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

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 272 часа: в 1 классе – 68 часов (2 часа в неделю), во 2 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часа (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 КЛАСС

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, из положения лёжа на спине, стойка на лопатках, кувырок вперёд в группировке. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения.

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. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий, челночный бег.

Спортивные и подвижные игры

Баскетбол: передача и ловля мяча, ведение шагом, обводка предметов, бросок в корзину.

Волейбол: подбрасывание и приём мяча на пальцы, перебрасывание и ловля мяча через сетку в парах.

Футбол: передача и приём мяча в парах стоя на месте, ведение мяча, остановка мяча. удар по мячу.

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 РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности 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.

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

- 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

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные

действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- 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 универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (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 универсальные учебные действия:

- 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 обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- 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, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- 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

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1	0	1	infourok.ru
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	1	0	1	infourok.ru
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	2	0	0	ped-kopilka.ru
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	0	1	ped-kopilka.ru
Итого по разделу		4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12	2	0	ped-kopilka.ru
2.2	Легкая атлетика	18	3	0	fgosonline.ru
2.3	Кроссовая подготовка	8	1	0	nsportal.ru
2.4	Подвижные и спортивные игры	18	0	3	infourok.ru

Итого по разделу		56			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	6	0	6	user.gto.ru
Итого по разделу		6			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	6	12	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1		1	03.09.2024	infourok.ru
2	Физические качества	1		1	24.10.2024	infourok.ru
3	Дневник наблюдений по физической культуре	1			12.11.2024	infourok.ru
4	Закаливание организма	1			17.12.2024	infourok.ru
5	Утренняя зарядка	1			11.02.2025	infourok.ru
6	Составление комплекса утренней зарядки	1		1	04.03.2025	infourok.ru
7	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Бег в медленном темпе. Строевые упражнения. Техника прыжка в длину с места.	1			05.09.2024	infourok.ru
8	Ходьба и бег. Строевые; Беговые упражнения. Совершенствование техники прыжка в длину с места.	1			10.09.2024	fgosonline.ru
9	Ходьба и бег. Строевые упражнения. Прыжок в длину с места на результат.	1	1		12.09.2024	fgosonline.ru

	Силовые упр-я. П.И. « Охотники и утки».					
10	Игры, направленные на совершенствование техники прыжков: «Прыжки по полоскам»; «Волк во рву»; «Через кочки и пенёчки».	1			17.09.2024	infourok.ru
11	Бег на выносливость. Беговые упр-я. Техника бега на короткие дистанции (30м). П.И. «Снайпер».	1			19.09.2024	fgosonline.ru
12	Бег в медленном темпе-2мин. Строевые упр-я. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Прыжки ч/з скакалку.	1			24.09.2024	fgosonline.ru
13	Ходьба и бег с выполнением различных заданий. Прыжки ч/з скакалку. Бег 30м на результат. П.И. «Воробьи-вороны».	1	1		26.09.2024	fgosonline.ru
14	Бег в медленном темпе. Строевые; ОРУ. Техника метания малого мяча на дальность. П.И. «Снайпер».	1			01.10.2024	fgosonline.ru
15	Бег в медленном темпе 2 мин. Прыжки ч/з скакалку. Совершенствование техники метания на дальность. П.И. «Снайпер».	1			03.10.2024	fgosonline.ru
16	Ходьба и бег с выполнением различных заданий. Метание на дальность на результат. Совершенствование техники метания в цель.	1	1		08.10.2024	fgosonline.ru

17	Игры, направленные на совершенствование техники метания: «Перекрёстный огонь»; «Снайпер», «Метко в цель».	1			10.10.2024	infourok.ru
18	Бег на выносливость до 5 минут. Метание мяча в цель. Прыжки ч/з скакалку. П.И: «Охотники и утки».	1			15.10.2024	ped-kopilka.ru
19	Ходьба и бег. Беговые упр-я. Совершенствование техники эстафетного бега (круговая эстафета). П.И.: «Бездомный заяц»	1			17.10.2024	ped-kopilka.ru
20	Строевые упр-я. ОРУ на месте без предметов. Беговые упр-я. Совершенствование техники эстафетного бега (линейная эстафета)	1			22.10.2024	ped-kopilka.ru
21	«Правила безопасности на занятиях по гимнастике». Построения; перестроения и перемещения по залу. ОРУ на месте без предметов. Группировка: в приседе, сидя, лёжа на спине. Упр-я в равновесии.	1			05.11.2024	ped-kopilka.ru
22	Беседа: «Значение утренней гигиенической гимнастики и её влияние на организм детей». Ходьба, бег, перемещения по залу. Перекаты в группировке. Положение «упор-присев»---перекат назад. Силовые упр-я---сгибание и разгибание рук в упоре на коленях.	1			07.11.2024	ped-kopilka.ru

23	ОРУ с гимнастическими палками. Перекаат назад из положения упор-присев и перекаат вперёд в группировку сидя. Лазание по скамейкам. Упражнения для мышц брюшного пресса.	1			14.11.2024	ped-kopilka.ru
24	Перемещения по залу. Ходьба и бег с выполнением заданий. Из положения лёжа на спине в группировке перекааты назад и вперёд в упор-присев. Ходьба по гимнастическим скамейкам с различными положениями рук.	1			19.11.2024	ped-kopilka.ru
25	Ходьба и бег по залу. ОРУ с мячами. Обучение технике кувырка вперёд. Ходьба по гимнастической скамейке: приставными шагами вперёд и боком, с высоким подниманием колен. Упр-я с движениями рук, ног, туловища.	1			21.11.2024	ped-kopilka.ru
26	Перемещения по залу, контроль строевых упражнений. Совершенствование техники кувырка вперёд. Упр-я на растяжку--- полушпагат. Силовые упражнения - подтягивания на высокой и низкой перекладине.	1			26.11.2024	ped-kopilka.ru
27	Ходьба и бег с выполнением заданий. ОРУ с гимнастическими палками. Кувырок вперёд из положения упор-присев – на результат. Полушпагат	1	1		28.11.2024	ped-kopilka.ru

	прыжком из положения упор-присев. Техника выполнения стойки на лопатках.					
28	Перемещения по залу; ОРУ в движении. Упр-я в равновесии: стойка на одной ноге; ходьба по ограниченной поверхности. Положение «старт пловца». Соскок с высоты 40см с приземлением на мягкий мат	1			03.12.2024	ped-kopilka.ru
29	Ходьба и бег по залу. Упр-я в равновесии: ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием предметов. Стойка на лопатках – на результат. Развитие гибкости - наклон к прямым ногам сидя на полу и стоя на гимнастической скамейке.	1	1		05.12.2024	ped-kopilka.ru
30	Ходьба и бег под музыку. Танцевальные шаги: на носках, с подскоком, приставной шаг вперёд. Ритмические упр-я в стойке под быструю музыку. Упр-я для формирования правильной осанки. Дыхательные упр-я лёжа на полу.	1			10.12.2024	ped-kopilka.ru
31	Ходьба и бег под музыку. Упр-я на растяжку основных групп мышц. Ритмические упр-я в стойке и сидя на полу. Совершенствование разученных акробатических упражнений и соединение их в акробатическую	1			12.12.2024	ped-kopilka.ru

	комбинацию.					
32	Ходьба и бег под музыку. Перестроение в три колонны: танцевальные шаги. Разучивание простейшего ритмического танца с движениями рук, ног, с основными танцевальными шагами.	1			19.12.2024	ped-kopilka.ru
33	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		1	24.12.2024	user.gto.ru
34	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1		1	26.12.2024	user.gto.ru
35	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		1	09.01.2025	user.gto.ru
36	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		1	14.01.2025	user.gto.ru
37	Техника безопасности на занятиях с баскетбольными мячами. Перестроение	1			16.01.2025	ped-kopilka.ru

	в три колонны уступами. ОРУ на месте с мячами. предметов. Обучение передаче и ловле мяча в парах стоя на месте. П.И. «Снайпер».					
38	Совершенствование передачи и ловли мяча в парах: а) двумя руками от груди б) одной рукой от плеча в) двумя руками из-за головы г) с ударом мяча в пол П.И. «Снайпер».	1			21.01.2025	ped-kopilka.ru
39	Строевые упр-я. Беговые упр-я. ОРУ на месте без предметов. Обучение ведению мяча на месте и шагом в обход по залу. Учебная игра на основе баскетбола "Мяч капитану"	1			23.01.2025	ped-kopilka.ru
40	Контроль передачи и ловля мяча в парах стоя на месте. Совершенствование техники ведения мяча шагом и бегом. Учебная игра на основе баскетбола.	1		1	28.01.2025	ped-kopilka.ru
41	Ходьба и бег по залу. Разминка в движении. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение – передача – ловля. Разучивание техники броска в кольцо. Учебная игра: стритбол.	1			30.01.2025	ped-kopilka.ru
42	Подвижные эстафеты с б/б мячами: Ведение – передача Ведение – бросок в кольцо Ведение – обводка предметов.	1			04.02.2025	ped-kopilka.ru
43	Ходьба и бег по залу. Перестроение в три колонны в движении. ОРУ на	1		1	06.02.2025	fgosonline.ru

	месте без предметов. Ведение шагом на результат. Учебная игра.					
44	Ходьба и бег по залу. Совершенствование техники броска в кольцо: из под кольца со штрафной после ведения Учебная игра.	1		1	13.02.2025	fgosonline.ru
45	Техника безопасности на занятиях волейболом. ОРУ с в/большими мячами. Подбрасывание мяча над головой и ловля. Перебрасывание и ловля в парах произвольными способами. Обучение технике передачи сверху. Учебная игра – пионербол.	1			18.02.2025	fgosonline.ru
46	Ходьба и бег по залу. ОРУ на месте без предметов. Подбрасывание мяча над собой и отбивание его пальцами. Набрасывание на стену и отбивание от стены. Перебрасывание через сетку в парах. Учебная игра – пионербол.	1			20.02.2025	fgosonline.ru
47	Ходьба и бег по залу. Перестроение в три колонны в движении. ОРУ с в/большими мячами. Подбрасывание мяча вверх и отбивание его кулачками снизу. Перебрасывание через сетку в парах. Учебная игра – пионербол.	1			25.02.2025	fgosonline.ru
48	Ходьба и бег по залу. Перестроение в две колонны в движении. Подбрасывание мяча и приём снизу.	1			27.02.2025	fgosonline.ru

	Подбрасывание мяча и приём сверху. Перебрасывание через сетку разученными способами. Учебная игра – пионербол.					
49	Техника безопасности на уроках с футбольными мячами. Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся мячу. Выполнение ударов после остановки. Удары на точность в определенную цель.	1			06.03.2025	еип-фкис.рф/проект-футбол-в-школе
50	Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося мяча на месте.	1			11.03.2025	еип-фкис.рф/проект-футбол-в-школе
51	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение мяча правой и левой ногой по прямой и по кругу Ведение мяча между стоек, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки.	1			13.03.2025	еип-фкис.рф/проект-футбол-в-школе
52	Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, в движении, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	1			18.03.2025	еип-фкис.рф/проект-футбол-в-школе
53	Подвижные игры: «Точно в цель», «Самый меткий», «Снайпер», «Пионербол».	1			20.03.2025	nsportal.ru

54	Техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. Кроссовая подготовка – техника бега на выносливость. Прыжковые упр-я. Прыжки через скакалку. Прыжок в длину с места. П.И. «Снайпер».	1			01.04.2025	nsportal.ru
55	Кроссовая подготовка. Беговые упр-я. Совершенствование техники прыжка в длину с места. Техника бега на короткие дистанции. Обучение высокому старту. П.И. «Чай-чай выручай».	1			03.04.2025	nsportal.ru
56	Упр-я со скакалками. Прыжки через скакалку. Совершенствование техники челночного бега. Обучение технике прыжка в высоту способом «ножницы». П.И. «Бездомный заяц».	1			08.04.2025	nsportal.ru
57	Ходьба и бег по площадке. Беговые упр-я. Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега. П.И. «Пират – захват».	1			10.04.2025	nsportal.ru
58	Бег на выносливость – 2 минуты. Упр-я для восстановления дыхания. Прыжок в высоту с разбега – на результат. Эстафетный бег – встречная эстафета с передачей мяча.	1			15.04.2025	nsportal.ru
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		1	17.04.2025	user.gto.ru

60	Кроссовая подготовка. Подводящие упр-я для метания Совершенствование техники метания: Метание в цель; Метание на дальность. Силовые упр-я – выпрыгивания с приседаниями. П.И. «Снайпер».	1			22.04.2025	nsportal.ru
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		1	24.04.2025	user.gto.ru
62	Кроссовая подготовка – бег в течении 6 минут на результат. Обучение технике прыжка в длину с разбега в яму с песком.	1	1		15.05.2025	nsportal.ru
63	Ходьба и бег. Техника прыжка в длину с разбега. П.И.: «Бездомный заяц».	1			22.05.2025	nsportal.ru
64	Ходьба и бег по площадке. Отработка прыжка в длину с разбега. Прохождение полосы препятствий. Линейная эстафета. П.И. «Зайцы и волк».	1			29.04.2025	nsportal.ru
65	Ходьба и бег по площадке. Строевые упр-я. Прыжок в длину с разбега – на результат. Эстафетный бег. П.И. «Снайпер».	1			06.05.2025	nsportal.ru
66	Бег в медленном темпе 2 мин. Контроль строевых упражнений. Прыжки ч/з скакалку на скорость на двух ногах. Скоростно-силовая	1			13.05.2025	infourok.ru

	подготовка - прохождение полосы препятствий. П.И. «Бездомный заяц».					
67	Ходьба и бег с выполнением различных заданий. Строевые; ОРУ со скакалками. Прыжки ч/з скакалку за 1 минуту на результат. Техника эстафетного бега. Встречная эстафета.	1			20.05.2025	infourok.ru
68	Беговые упражнения. Эстафетный бег – круговая поэтапная эстафета. Прыжки через скакалку за 1 минуту на результат. П.И.«Караси и щуки»	1			27.05.2025	infourok.ru
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	6	12		

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся

I. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями. С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка "5" - за ответ, в котором обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, использует в деятельности.

Оценка "4" - за тот же ответ с небольшими неточностями и незначительными ошибками.

Оценка "3" - за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

Оценка "2" - за незнание материала программы

II. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

Критерии оценки двигательных умений и навыков

Оценка "5" - Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.

Оценка "4" - При выполнении Ученик действует так же, как и в Предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок

Оценка "3" - Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.

Оценка "2" - Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

III. Владение способами и умение осуществлять физкультурно - оздоровительную деятельность

Оценка "5" - Обучающийся умеет: самостоятельно организовать место занятий; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итог.

Оценка "4" - Обучающийся организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; допускает незначительные ошибки в подборе средств; контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итог.

Оценка "3" - Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняет один из пунктов.

Оценка "2" - Обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.

IV. Уровень физической подготовленности обучающихся

Оценка "5" - Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени

Оценка "4" - Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста

Оценка "3" - Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительном у приросту

Оценка "2" - Обучающийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности.

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике - путем сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность. Оценка выставляется в классный журнал как среднее арифметическое текущих оценок по правилам математического округления в пользу ученика.

Порядок проведения промежуточной аттестации обучающихся специальной медицинской группы (СМГ)

Дети II и III групп здоровья, которые составляют СМГ, по своим двигательным возможностям не могут сравниться со здоровыми детьми. Общий объем двигательной активности и интенсивность физических нагрузок обучающихся в СМГ должны быть снижены по сравнению с объемом нагрузки для обучающихся основной и подготовительной групп. В то же время, несмотря на низкий исходный уровень

физической подготовленности учащихся СМГ, регулярные занятия физической культурой небольшого объема и интенсивности позволяют вскоре (через 1,5-2 месяца) заметить положительную динамику в развитии их физических возможностей и общем оздоровлении. Кроме этого, каждый из обучающихся в СМГ имеет свой набор ограничений двигательной активности, который обусловлен формой и тяжестью его заболевания. Такие ограничения неизбежно накладывают отпечаток на степень развития двигательных навыков и качеств. В силу вышеназванных причин оценивать достижения обучающихся в СМГ по критериям, которые используются для выставления отметки учащимся основной группы, нельзя. Уроки физической культуры посещают все обучающиеся, имея с собой спортивную форму в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока, согласно требованиям техники безопасности и охраны труда. С обучающимися, включенными в СМГ, занимаются учителя физкультуры на основном уроке для всего класса. При пропуске уроков физической культуры обучающийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который передаётся классному руководителю или учителю физкультуры. Все обучающиеся, освобождённые от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала или на стадионе под присмотром учителя физической культуры. Учитель физической культуры определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий, с данными обучающимися на предстоящий урок (возможно, так же теоретическое изучение материала, оказание посильной помощи в судействе или организации урока) Для обучающихся в СМГ в первую очередь необходимо оценить их успехи в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима. При выставлении текущей отметки обучающимся в СМГ необходимо соблюдать особый такт, быть максимально внимательным, не унижать достоинства ученика, использовать отметку таким образом, чтобы она способствовала его развитию, стимулировала его на дальнейшие занятия физической культурой.

Критерии оценивания обучающегося на уроках физической культуры

Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры:

2 (неудовлетворительно), в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Не имеет с собой спортивной формы в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры.
3. Обучающийся, не имеющий выраженных отклонения в состоянии здоровья, при этом не имеет стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями, нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем физической культуры.
4. Не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств.
5. Не выполнял теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики,

необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

3 (удовлетворительно), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму не в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
3. Обучающийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических возможностях обучающегося, которые могут быть замечены учителем физической культуры.
4. Продемонстрировал не существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение полугодия.
5. Частично выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

4 (хорошо), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
3. Обучающийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.
4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре, для своего возраста.
5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в судействе или организации урока, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

5 (отлично), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.

3. Обучающийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем. Занимается самостоятельно в спортивной секции школы, района или города, имеет спортивные разряды или спортивные успехи на соревнованиях любого ранга.

4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре, для своего возраста.

5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, а также необходимыми навыками и знаниями теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Промежуточная (итоговая) отметка по физической культуре в СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания. Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, делается на стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей.

При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем и сообщены учащемуся (родителям), выставляется положительная отметка.

Положительная отметка выставляется также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастикой, необходимыми знаниями в области физической культуры.

При выставлении четвертной, полугодовой, годовой и итоговой отметки по физической культуре учитывается прилежание, усердие в работе над собой и выполнение всех рекомендаций учителя физической культуры.

Итоговая отметка выставляется с учетом теоретических и практических занятий, а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания. Положительная отметка выставляется также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками.

ГРАФИК ОЦЕНОЧНЫХ ПРОЦЕДУР

№	Контрольные работы	Дата проведения
1	Контроль прыжка в длину с места.	12.09.2024
2	Контроль бега на дистанции 30м	26.09.2024
3	Метание теннисного мяча на результат.	08.10.2024
4	Кувырок вперед	28.11.2024
5	Стойка на лопатках	05.12.2024
6	Контроль прыжка в длину с разбега в яму с песком.	15.05.2025

№\	Практические работы	Дата изучения
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	03.09.2024
2	Физические качества	24.10.2024
3	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	24.12.2024
4	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	26.12.2024
5	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	09.01.2025
6	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	14.01.2025
7	Контроль передачи и ловля мяча в парах стоя на месте. Совершенствование техники ведения мяча шагом и бегом. Учебная игра на основе баскетбола.	28.01.2025
8	Ходьба и бег по залу. Перестроение в три колонны в движении. ОРУ на месте без предметов. Ведение шагом на результат. Учебная игра.	06.02.2025
9	Ходьба и бег по залу. Совершенствование техники броска в кольцо: из под кольца со штрафной после ведения Учебная игра.	13.02.2025
10	Составление комплекса утренней зарядки	04.03.2025
11	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	17.04.2025
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	24.04.2025

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

- Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

Физическая культура, 2 класс/ Лисицкая Т.С., Новикова Л.А., ДРОФА,
2020г

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Программа по предмету физическая культура начального общего образования. Авторы: В.И.Лях, А.А.Зданевич Физическое воспитание в начальной школе. Автор В.М.Качашкин

Учебник для педагогических институтов «Спортивные игры»
под редакцией В.Д. Ковалёва

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

infourok.ru

ped-kopilka.ru

user.gto.ru

nsportal.ru

resh.edu.ru

fgosonline.ru

еип-фкис.рф/проект-футбол-в-школе