

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Семилейская средняя общеобразовательная школа»  
Кочкуровского муниципального района Республики Мордовия

431590. Республика Мордовия. Кочкуровский район, с. Семилей, ул. Нагорная.д. 30а  
Тел./факс 8(83439) 2-73-97 E-mail: [sch.semilei@e-mordovia.ru](mailto:sch.semilei@e-mordovia.ru)

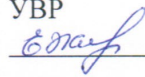
СОГЛАСОВАНО  
Протокол заседания ШМО



А.Н. Фатькин

№ 1 от «26» августа 2022г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по  
УВР



Е.Н. Жидкина

«26» августа 2022г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы



И.Н. Пучкова

Приказ № 156-Д от «26» августа 2022

**Рабочая программа  
учебного курса  
Физическая культура  
2 класс  
на 2022 – 2023 учебный год**

Составитель программы:  
Фатькин Андрей Николаевич  
учитель физической культуры

2022 г.

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## Общая характеристика курса

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для учащихся 2 классов МБОУ «Семилейская СОШ» составлена на основе авторской программы В.И.Ляха Рабочая программа ФГОС «Физическая культура» – Москва «Просвещение», 2012года.

Программа составлена на 34 учебных недели из расчёта 3 часа в неделю, всего 102 часа.

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 (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) – 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.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 04 декабря 2007 года №329-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в общеобразовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Шахматы, сочетающие в себе элементы науки и искусства, могут вырабатывать у учащихся эти черты более эффективно, чем другие виды спорта. Формирование этих качеств нуждается в мотивации, а в шахматах любое поражение и извлечённые из него уроки способны создать у ребёнка сильнейшую мотивацию к выработке у себя определённых свойств характера.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшения осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоническому физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;

- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигнал, согласования движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявление предрасположенности к тем или иным видам спорта;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

- создание условий для развития интеллектуально-творческой, одарённой личности через занятия шахматами.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Освоение предмета данной деятельности способствует не только активному развитию физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися предмета физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью, входят:

- умение организовать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- умение доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

### Знания о физической культуре

**Физическая культура** как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью, с традициями и обычаями народа.

**Физические упражнения.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, выносливости, гибкости, координации.

**Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.**

### Способы физкультурной деятельности

**Самостоятельные занятия.** Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития

основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

**Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и развития физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

**Самостоятельные игры и развлечения.** Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и спортивных залах).

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

### Сведения из истории шахмат.

Шахматная игра как спорт в международном обществе. Чемпионы мира по шахматам

Современные выдающиеся отечественные и зарубежные шахматисты.

Базовые понятия шахматной игры.

Правила техники безопасности во время занятий шахматами, понятие о травмах и способах их предупреждения. Правила поведения шахматистов, шахматный этикет.

Шахматные соревнования и правила их проведения. Структура и содержание тренировочных занятий по шахматам, основные термины и понятия в шахматной игре: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, шахматные фигуры (ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король); ход и взятие каждой фигурой, нападение,

защита, начальное положение, ход, взятие, удар, взятие на проходе, длинная и короткая рокировка, шах, мат, пат, ничья, ценность шахматных фигур, сравнительная сила фигур, стадии шахматной партии, основные тактические приёмы; шахматная партия, запись шахматной партии, основы дебюта.

**Практико-соревновательная деятельность.**

Данный вид деятельности включает в себя конкурсы решения позиций, спарринги, соревнования, шахматные праздники. Занятия по внеурочной деятельности по курсу «Шахматная Азбука» проводятся с использованием игровой и познавательных видов деятельности.

Основные формы организации внеурочной деятельности при изучении данного курса: практическая игра, решение шахматных задач, комбинаций и этюдов, дидактические игры и задания, игровые упражнения; теоретические занятия, шахматные игры, шахматные дидактические игрушки, участие в турнирах и соревнованиях.

### **Физическое совершенствование**

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

### **Спортивно-оздоровительная деятельность**

***Гимнастика с основами акробатики.***

Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на живот, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжок переход в упор присев, кувырок вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастические комбинации. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Физические упражнения силового характера и с отягощениями: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, ходьба на руках с помощью партнёра, ходьба «тараканчиком» вперёд и назад, жим сзади от скамейки, разновидности прыжков и многоскоков в длину и в высоту, поднимание туловища из положения лёжа руки за голову в замок, упражнения на мышцы спины «лодочка», упражнения с набивными мячами сидя и стоя, в паре.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелазания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизованные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью). Прыжки со скакалкой.

### **Легкая атлетика**

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук, челночный бег (3х9м); высокий старт с последующим ускорением, бег на скорость (30м).

Прыжковые упражнения: на месте (на одной ноге и двух ногах, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.

Броски: большого мяча (1кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену и на дальность.

### **Подвижные игры**

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию движений.

На материале раздела «Легкая атлетика»: игры включающие прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию движений, выносливость и быстроту.

На материале раздела «Спортивные игры»:

Баскетбол: специальные передвижения без мяча и с мячом (стойки, перемещения, остановки и повороты); ведение мяча; броски мяча в корзину; двухсторонняя игра; подвижные игры на материале баскетбола.

Пионербол и волейбол: специальные передвижения без мяча и с мячом (стойки, перемещения), ловить и передавать, делать броски через сетку, подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; двухсторонняя игра; подвижные игры на материале пионербола и волейбола.

Подвижные игры разных народов.

**Тематическое планирование учебного материала  
для обучающихся 2 классов на 2022-2023 учебный год**

№	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
		Класс
		2 класс
<b>I</b>	<b>Базовая часть</b>	<b>57</b>
<b>1.</b>	<b>Основы знаний о физической культуре</b>	<b>В процессе урока</b>
<b>2.</b>	<b>Развитие двигательных качеств</b>	<b>В процессе каждого урока</b>
<b>3.</b>	<b>Легкая атлетика</b>	<b>18</b>
<b>4.</b>	<b>Атлетическая гимнастика с элементами акробатики</b>	<b>13</b>
<b>5.</b>	<b>Кроссовая подготовка</b>	<b>15</b>
<b>6.</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>10</b>
<b>7.</b>	<b>Русская лапта</b>	<b>3</b>
<b>8</b>	<b>Шахматы</b>	<b>34</b>
<b>II</b>	<b>Вариативная часть (баскетбол)</b>	<b>9</b>
	<b>Всего:</b>	<b>102</b>

## Календарно-тематическое планирование уроков по физической культуре 2 класс

№ п/п	Наименование раздела программы, тема	Характеристика деятельности учащихся (основные учебные умения и действия)	Часы учебного времени	Плановые сроки прохождения	
<b>І четверть (24ч)</b>				План	Факт
<b>Лёгкая атлетика 9</b>			<b>9</b>		
1.	<i>Вводный инструктаж по ТБ. ТБ на уроках легкой атлетики. Ходьба и бег. Игра «У ребят порядок строгий»</i>	выполняют построение по команде «В одну шеренгу становись!»; соблюдают требования техники безопасности.	1		
2.	Высокий и низкий старт. Различные варианты салок	осваивают основные движения в ходьбе и беге; правильно выполняют положение высокого старта.	1		
3.	Урок-соревнование. Короткая дистанция. Тестирование в беге на 30м. Игра «К своим флажкам»	осваивают и выполняют поворот на месте по команде «кругом!»; выполнять команду: «на руки в стороны разомкнись»; выполняют бег с ускорением на 30м; выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с бегом, прыжках.	1		
4.	Тестирование в челночном беге 3х10. Игра «Класс, смирно!»	выполняют повороты направо, налево; демонстрируют беговую разминку; выполняют челночный бег.	1		
5.	Прыжки вверх и в длину с разбега. Игра «Запрещенное движение»	осваивают выполнение команды «По порядку рассчитайсь!»; правильно выполняют прыжок в длину с места; выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с бегом, прыжках, соблюдая требования техники безопасности.	1		
6.	КУ- прыжок в длину с разбега. Игра «Зайцы в огороде»	усваивают бег «змейкой»; правильно выполняют основные движения в прыжках; приземляются в прыжковую яму на обе ноги; выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с бегом, прыжках; соблюдать требования техники безопасности.	1		
7.	Упражнения, способствующие развитию прыгучести. Игра «Зайцы в огороде»	усваивают бег «змейкой»; правильно выполняют основные движения в прыжках; приземляются в прыжковую яму на обе ноги; выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с бегом, прыжках; соблюдать требования техники безопасности.	1		



8.	Метание малого мяча на дальность. Игра «Попрыгунчики-воробушки»	усваивают броски малого мяча на дальность; выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с бегом, прыжках; соблюдают требования техники безопасности.	1		
9.	Урок-соревнование. КУ- метание малого мяча на дальность. Игра «Попрыгунчики-воробушки»	усваивают основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; выполнять общеразвивающие упражнения с разными способами.	1		
<b>Раздел вариативной части – Подвижные игры (Народная игра «Русская лапта»)</b>			<b>7</b>		
10	<i>ТБ на уроках подвижных игр.</i> Общеразвивающие упражнения с малым мячом. Различные варианты салок	усваивают броски и ловлю малого мяча и объясняют технику их выполнения; выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах с мячом; соблюдают требования техники безопасности.	1		
11	Броски и ловля мяча в парах. Игра «Вышибалы»	усваивают броски и ловлю малого мяча и объясняют технику их выполнения; выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах с мячом; соблюдают требования техники безопасности.	1		
12	Передачи малого мяча стоя на месте. Игра «Вышибалы.	усваивают владение мячом (держат, передавать на расстояние, ловля) в процессе подвижных игр; выполняют броски малым мячом в цель и описывают технику их выполнения.	1		
13	Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Игра «Вызов номеров	выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в подвижных играх; соблюдают требования техники безопасности.	1		
14	Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Вызов номеров»	выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в подвижных играх; соблюдают требования техники безопасности.	1		
15	Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Гуси-лебеди», «Салки»	выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в подвижных играх; соблюдают требования техники безопасности.	1		
16	Урок-соревнование. «Веселые старты»	выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в подвижных играх; соблюдают требования техники	1		

		безопасности.			
<b>Шахматы</b>			<b>8</b>		
17	Из истории шахмат. Чемпионы мира по шахматам и выдающиеся шахматисты мира.	Будут знать сведения о возникновении шахмат и появлении их на Руси, первое знакомство с чемпионами мира по шахматам и ведущими шахматистами мира.	1		
18	Шахматные фигуры (повторение).	Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать	1		
19	Нападение в шахматной партии. Шах и защита от него.	такие шахматные объекты, как ходы шахматных фигур. Знать о вкладе чемпионов мира по шахматам в развитие шахматной культуры.	1		
20	Мат. Пат. Мат в один ход (повторение). Мат одинокому королю королем и ладьей.	Анализировать ситуацию, устанавливать причинно-следственные связи. Называть предметы по описанию. Знать шахматные термины: белое и черное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, партнёры, начальное положение, белые, черные. Различать диагональ, вертикаль, горизонталь. Демонстрировать целенаправленное и осмысленное наблюдение. Уметь проводить элементарные комбинации. Планировать нападение на фигуры противника, организовать защиту своих фигур. Ориентироваться на шахматной доске, в шахматной нотации. Определять последовательность событий. Выявлять закономерности и проводить аналогии.	1		
21	Защита в шахматной партии: уход из-под нападения, уничтожение атакующей фигуры, защита фигуры.		1		
22	Защита в шахматной партии: перекрытие, контрнападение.		1		
23	Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли?		1		
24	Тактический прием «двойной удар».		1		
<b>II четверть (24ч)</b>					
<b>Гимнастика с элементами акробатики</b>			<b>13</b>		
25	<i>ТБ на уроках гимнастики.</i> Перекаты в группировке. Игра «У ребят порядок строгий»	усваивают и применяют технически грамотно базовые упражнения гимнастики с элементами акробатики; в доступной форме объясняют технику выполнения гимнастических упражнений, находят ошибки и грамотно их исправляют.	1		
26	Упражнения в равновесии, перекаты. Игра «Класс, смирно!»	усваивают технику выполнения перекатов; анализируют и находят ошибки, эффективно их исправляют; получают возможность выполнять технические действия акробатических упражнений и применяют их в игровой и соревновательной деятельности.	1		
27	Урок-игра. Эстафеты с гимнастическим инвентарем.	усваивают технику выполнения перекатов; анализируют и находят ошибки, эффективно их исправляют; получают возможность выполнять технические действия акробатических упражнений и применяют их в игровой и соревновательной деятельности.	1		
28	Кувырок вперед. Игра «У медведя во бору»	усваивают технику выполнения кувырка вперед; анализируют и находят ошибки; эффективно их исправляют.	1		
29	Стойка на лопатках. Игра «Совушка»	усваивают правила выполнения стойки на лопатках; анализируют и находят ошибки; эффективно их исправляют.	1		

30	Урок-игра. Игры и эстафеты с использованием гимнастического инвентаря	усваивают общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с гимнастическим инвентарем; соблюдают требования техники безопасности.	1		
31	Упражнения для развития координации и равновесия, Игра «Петрушка на скамейке»	усваивают технику выполнения перекатов и кувырков; анализируют и находят ошибки, эффективно их исправляют; получают возможность выполнять технические действия акробатических упражнений и применяют их в игровой и соревновательной деятельности.	1		
32	КУ – Выполнение акробатических элементов. Игра «салки-догонялки»	выполняют технически грамотно базовые упражнения гимнастики с элементами акробатики; в доступной форме объясняют технику выполнения гимнастических упражнений.	1		
33	Урок - игра. Игры и эстафеты с элементами акробатики. Игра «Раки»	выполняют общеразвивающие упражнения с разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с элементами акробатики; соблюдают требования техники безопасности.	1		
34	Лазание по гимнастической стенке. Игра «Волк во рву»	усваивают жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами и в различных условиях; получают возможность научиться оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий; соблюдают технику безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке.	1		
35	Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей. Перелезание через гимнастического коня. Игра «запрещенное движение»	усваивают жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами и в различных условиях; получают возможность научиться оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий; соблюдают технику безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке.	1		
36	Лазанье по канату. «Перетягивание каната» Игра «Совушка»	выполняют жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами и в различных условиях; получают возможность научиться оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий; соблюдают технику безопасности при выполнении упражнений в лазанье по канату.	1		
37	Тестирование - подтягивание (поднимание туловища). Игра «Третий лишний»	выполняют жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами и в различных условиях; получают возможность научиться оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий; соблюдают технику безопасности при выполнении упражнений на полосе препятствий;	1		
<b>Подвижные игры</b>			<b>3</b>		

38	ТБ на уроках подвижных игр. Вращение скакалки. Игра «Удочка»	усваивают общеразвивающие упражнения с гимнастической скакалкой разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с гимнастическим инвентарем; соблюдают требования техники безопасности.	1		
39	Развитие скоростно-силовых качеств. Игры со скакалкой «Удочка». Тестирование в прыжках в длину с места	усваивают общеразвивающие упражнения с гимнастической скакалкой разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с гимнастическим инвентарем; соблюдают требования техники безопасности.	1		
40	Урок-соревнование. Эстафеты с использованием скакалки	усваивают общеразвивающие упражнения с гимнастической скакалкой разными способами; получают возможность научиться взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с гимнастическим инвентарем	1		
Шахматы			8		
41	Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли?	Анализировать ситуацию, устанавливая причинно-следственные связи. Демонстрировать целенаправленное и осмысленное наблюдение. Уметь проводить элементарные комбинации. Планировать нападение на фигуры противника, организовать защиту своих фигур. Определять последовательность событий. Выявлять закономерности и проводить аналогии. Знать способы защиты в шахматной партии, элементарные шахматные комбинации. Знать способы защиты в шахматной партии, элементарные шахматные комбинации.	1		
42	Тактический прием «ловля фигуры».		1		
43	Тактический прием «сквозной удар».		1		
44	Мат на последней горизонтали.		1		
45	Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли?		1		
46	Тактический прием «открытый шах».		1		
47	Тактический прием «двойной шах».		1		
48	Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли?		1		
III четверть (30ч)					
Легкоатлетические упражнения (Кроссовая подготовка)			15		
49	Игра «пятнашки». Развитие выносливости	описывают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, развивают выносливость разными способами и понимают значение этого качества для человека; соблюдают требования безопасного поведения.	1		
50	Развитие выносливости. Равномерный бег 4минуты. Игра «салки-догонялки»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
51	Урок-игра. Игры и эстафеты с санками. Развитие выносливости.	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		

52	Развитие выносливости. Равномерный бег 6 минут. Игра «Белые медведи»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
53	Развитие выносливости. Равномерный бег 6 минут. Игра «Вызов номеров»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
54	Урок-игра. Игры и эстафеты с лыжами. Развитие выносливости.	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
55	Развитие выносливости. Равномерный бег 7 минут. Игра «Встречные эстафеты»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
56	Развитие выносливости. Равномерный бег 7 минут. Игра «Смена сторон»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
57	Урок-игра. Эстафеты-«Поезд». Развитие выносливости.	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
58	Развитие выносливости. Равномерный бег 8 минут. Игра «Салки маршем»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
59	Развитие выносливости. Равномерный бег 8 минут. Игра «Воробьи и вороны»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
60	Урок-игра. «Снежная крепость»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
61	Развитие выносливости. Равномерный бег 9 минут. Игра «На буксире»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
62	Развитие выносливости. Равномерный бег 9 минут. Игра «Кто дальше прокатится»	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		
63	Урок-соревнование. КУ- Кросс 1000м.	усваивают и объясняют в доступной форме правила выполнения бега по слабопересеченной местности, соблюдают требования безопасного поведения.	1		

<b>Подвижные игры</b>			<b>3</b>		
64	ТБ на уроках подвижных и спортивных игр с мячом. Общеразвивающие упражнения с мячами для коррекции осанки. Игра «Передал, садись»	выполняют броски и ловлю мяча и объясняют технику их выполнения; выполняют общеразвивающие упражнения разными способами; взаимодействуют со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с мячом.	1		
65	Броски мяча через сетку. Игра «Перекинь мяч»	описывают технику выполнения бросков мяча через сетку; анализируют и находят ошибки, эффективно их исправляют;	1		
66	Урок-игра. «Перестрелка» Тестирование прыжков в длину с места.	осваивают и выполняют броски и ловлю мяча; объясняют технику их выполнения; выполняют общеразвивающие упражнения разными способами; взаимодействуют со сверстниками по правилам в эстафетах и играх с мячом.	1		
<b>Вариативная часть – Баскетбол</b>			<b>2</b>		
67	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Передал-садись»	осваивают технику выполнения бросков и ловли баскетбольного мяча; учатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловить, вести в процессе подвижных игр; доброжелательно объясняют ошибки и способы их устранения.	1		
68	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Гонка мячей»	осваивают технику выполнения бросков и ловли баскетбольного мяча; учатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловить, вести в процессе подвижных игр; доброжелательно объясняют ошибки и способы их устранения.	1		
<b>Шахматы</b>			<b>10</b>		
69	Шахматный турнир.	Играть без нарушений правил шахматного кодекса. Уметь определять последовательность событий. Правильно помещать доску между партнёрами, расставлять фигуры. Решать элементарные задачи на шахматной доске. Давать эмоциональную оценку деятельности на занятии. Совместно договариваться в процессе игры. Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать такие шахматные объекты, как ходы шахматных фигур. Определять последовательность событий. Выявлять закономерности и проводить аналогии. Иметь представление о дебютных ловушках и о том, как в них не попадаться.	1		
70	Шахматный турнир.		1		
71	Шахматный турнир.		1		
72	Основы игры в дебюте: дебютные ловушки.		1		
73	Основы игры в дебюте: атака на короля.		1		
74	Основы игры в дебюте: атака на короля.		1		
75	Основы эндшпиля: реализация большого материального преимущества.		1		
76	Основы эндшпиля: реализация большого материального преимущества.	Определять главное и существенное на основе развивающих заданий и упражнений, путем логических задач и проведения дидактических игр. Анализировать ситуацию, устанавливать причинно-следственные связи.	1		

77	Основы анализа шахматной партии.	Планировать нападение на фигуры противника, организовать защиту своих фигур. Выявлять закономерности и проводить аналогии. Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы. Преобразовывать информацию из одной формы в другую: находить и формулировать решение шахматных задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем).	1		
78	Основы анализа шахматной партии.		1		
IV четверть (24ч)					
Вариативная часть – Баскетбол			7		
79	ТБ на уроках спортивных игр с мячом. Броски и ловля мяча в парах. Игра «Антивышибалы»	в доступной форме объясняют технику выполнения бросков и ловли мяча в парах; доброжелательно объясняют ошибки и способы их устранения.	1		
80	Разновидности бросков мяча одной рукой. Эстафета с попаданием в цель	в доступной форме объясняют технику выполнения бросков мяча одной рукой; доброжелательно объясняют ошибки и способы их устранения.	1		
81	Урок-игра. Игры и эстафеты с мячом «Передал, садись», «Мяч над головой»	в доступной форме объясняют технику выполнения бросков мяча одной рукой.	1		
82	Ведение мяча на месте и в движении. Эстафеты с ведением баскетбольного мяча «Мяч над головой»	в доступной форме объясняют технику ведения мяча на месте и в движении; доброжелательно объясняют ошибки и способы их устранения.	1		
83	Броски мяча в кольцо способом «снизу». Игра «Мяч соседу».	в доступной форме объясняют технику выполнения бросков мяча в кольцо; доброжелательно объясняют ошибки и способы их устранения.	1		
84	Урок-игра. Игры и эстафеты с мячом	в доступной форме объясняют технику ведения мяча на месте и в движении; взаимодействуют со сверстниками по правилам в эстафетах с мячом.	1		
85	Броски мяча в кольцо способом «сверху». Игра «Мяч под ногами»	в доступной форме объясняют технику выполнения бросков мяча в кольцо; доброжелательно объясняют ошибки и способы их устранения.	1		
Лёгкая атлетика			9		
86	ТБ на уроках легкой атлетики. Развитие скоростных качеств. Игра «День и ночь»	осваивают технику низкого старта и стартовое ускорение.	1		
87	КУ- Прыжок в длину с разбега. Игра «Попрыгунчики-воробышки»	осваивают технику выполнения прыжка в длину с места;	1		
88	Урок-соревнование «Кто дальше?» КУ- прыжок в длину с места.	осваивают технику выполнения прыжка в длину с места; анализируют и находят ошибки.	1		

89	Бег на 30м (тестирование). Игра «Круговая охота»	осваивают технику бега на короткие дистанции разными учениками, выделяют отличительные признаки и элементы; анализируют и находят ошибки.	1		
90	Метание малого мяча на дальность. Игра «Вороны и воробьи»	осваивают технику метания мяча.	1		
91	Урок-соревнование «самый быстрый». Бег на 60м	познают индивидуальные показатели развития физических качеств; анализировать результаты тестирования	1		
92	КУ- метание малого мяча на дальность. Развитие выносливости. Игра «Смена мест»	познают индивидуальные показатели развития физических качеств; анализируют результаты тестирования.	1		
93	Развитие выносливости. Контроль пульса. Игра-викторина «Знатоки спорта	характеризуют физическую нагрузку по показателю частоты пульса; оказывают посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий	1		
94	Урок – соревнование «Самый быстрый» в беге на 1000м (тестирование)	познают индивидуальные показатели развития физических качеств; анализируют результаты тестирования.	1		
<b>Шахматы</b>			<b>8</b>		
95	Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли?	Анализировать ситуацию, устанавливать причинно-следственные связи. Планировать нападение на фигуры противника, организовать защиту своих фигур. Выявлять закономерности и проводить аналогии. Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы.	1		
96	Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли?		1		
97	Основы анализа шахматной партии.		1		
98	Шахматный турнир.		1		
99	Шахматный турнир.	Разыгрывать партию с партнером. Соблюдать правила поведения за шахматной доской. Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной форме. Уметь играть партию от начала до конца с записью и различным контролем времени.	1		
100	Шахматный турнир.		1		
101	Шахматный турнир.		1		
102	Шахматный турнир.				



## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ

По окончании 2 класса обучающиеся должны **уметь**:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- организовать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.