Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 с углубленным изучением отдельных предметов г. Котово»
Котовского муниципального района Волгоградской области

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании	Заместитель директора по	Директор МБОУ СШ №3 г.
педагогического совета	УВР	Котово
МБОУ СШ №3 г. Котово	_____Е.П. Кузнецова	_____Е.А. Кузнецова
Протокол №1 от 27.08.2026 г.	28.08.2026 г.	Приказ от 28.08.2026 г. №131

Кузнецова Елена Анатольевна

Подписан: Кузнецова Елена Анатольевна
DN: OU=Директор, O=МБОУ СШ №3 г.Котово, CN=Кузнецова Елена Анатольевна, E=msoch33@yandex.ru
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: Котово
Дата: 2026.11.13 20:02:53+04'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.0

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 3119560)

учебного предмета «Физическая культура»

для 2 класса

на 2026-2027 учебный год

Составитель:
Середин Александр Иванович
учитель физической культуры

Котово, 2026

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.

При создании программы по физической культуре учитывались 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 нашли свое отражение 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 счет 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 свое 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 свое 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 ее 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, рекомендованных для изучения физической культуры по варианту N 1 федерального учебного плана, – 303 часа: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (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 поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка.

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

Легкая атлетика.

Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лежа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полета. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры.

Подвижные игры с техническими приемами 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 ее 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.

По окончании 2 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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

Общение:

объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры ее 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;

выполнять 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

Самоорганизация и самоконтроль:

соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учетом 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

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 свое 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, перекатыванию;

демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;

выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;

передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;

организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приемов 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	3			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	4			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			https://resh.edu.ru/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			https://resh.edu.ru/
2.2	Лыжная подготовка	12			https://resh.edu.ru/
2.3	Легкая атлетика	15			https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные игры	16			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		55			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	4			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		4			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

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			01.09.	https://resh.edu.ru/
2	Зарождение Олимпийских игр	1			04.09.	https://resh.edu.ru/
3	Современные Олимпийские игры	1			08.09.	https://resh.edu.ru/
4	Физическое развитие	1			11.09.	https://resh.edu.ru/
5	Физические качества	1			15.09.	https://resh.edu.ru/
6	Сила как физическое качество	1			18.09.	https://resh.edu.ru/
7	Быстрота как физическое качество	1			22.09.	https://resh.edu.ru/
8	Выносливость как физическое качество	1			25.09.	https://resh.edu.ru/
9	Гибкость как физическое качество	1			29.09.	https://resh.edu.ru/
10	Развитие координации движений	1			02.10	https://resh.edu.ru/
11	Развитие координации движений	1			06.10.	https://resh.edu.ru/
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1			09.10	https://resh.edu.ru/
13	Закаливание организма	1			13.10	https://resh.edu.ru/
14	Утренняя зарядка	1			16.10	https://resh.edu.ru/
15	Составление комплекса утренней зарядки	1			20.10	https://resh.edu.ru/
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1			23.10	https://resh.edu.ru/
17	Строевые упражнения и команды	1			06.11	https://resh.edu.ru/

18	Строевые упражнения и команды	1			10.11	https://resh.edu.ru/
19	Прыжковые упражнения	1			13.11	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
20	Прыжковые упражнения	1			17.11	https://resh.edu.ru/
21	Гимнастическая разминка	1			20.11	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1			24.11	https://resh.edu.ru/
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1			27.11	https://resh.edu.ru/
24	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			01.12	https://resh.edu.ru/
25	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			04.12	https://resh.edu.ru/
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1			08.12	https://resh.edu.ru/
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1			11.12	https://resh.edu.ru/
28	Танцевальные гимнастические движения	1			15.12	https://resh.edu.ru/
29	Танцевальные гимнастические движения	1			18.12	https://resh.edu.ru/
30	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1			22.12	https://resh.edu.ru/
31	Броски мяча в неподвижную мишень	1			25.12.	https://resh.edu.ru/
32	Броски мяча в неподвижную мишень	1			29.12	https://resh.edu.ru/
33	Сложно координированные прыжковые упражнения	1			12.01	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
34	Сложно координированные прыжковые упражнения	1			15.01	https://resh.edu.ru/
35	Прыжок в высоту с прямого разбега	1			19.01	https://resh.edu.ru/
36	Прыжок в высоту с прямого разбега	1			22.01	https://resh.edu.ru/
37	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1			26.01	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/

38	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1			29.01	https://resh.edu.ru/
39	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1			02.02	https://resh.edu.ru/
40	Бег с поворотами и изменением направлений	1			05.02	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
41	Бег с поворотами и изменением направлений	1			09.02	https://resh.edu.ru/
42	Сложно координированные беговые упражнения	1			12.02	https://resh.edu.ru/
43	Сложно координированные беговые упражнения	1			16.02	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
44	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1			19.02	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
45	Игры с приемами баскетбола	1			26.02	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
46	Игры с приемами баскетбола	1			02.03	https://resh.edu.ru/
47	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			05.03	https://resh.edu.ru/
48	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			09.03	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
49	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1			12.03	https://resh.edu.ru/
50	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1			16.03	https://resh.edu.ru/
51	Прием «волна» в баскетболе	1			19.03	https://resh.edu.ru/
52	Прием «волна» в баскетболе	1			23.03	https://resh.edu.ru/

53	Игры с приемами футбола: метко в цель	1			26.03	https://resh.edu.ru/
54	Игры с приемами футбола: метко в цель	1			06.04	https://resh.edu.ru/
55	Гонка мячей и слалом с мячом	1			09.04	https://resh.edu.ru/
56	Гонка мячей и слалом с мячом	1			13.04	https://resh.edu.ru/
57	Футбольный бильярд	1			16.04	https://resh.edu.ru/
58	Футбольный бильярд	1			20.04	https://resh.edu.ru/
59	Бросок ногой	1			23.04	https://resh.edu.ru/
60	Бросок ногой	1			27.04	https://resh.edu.ru/
61	Подвижные игры на развитие равновесия	1			30.04	https://resh.edu.ru/
62	Подвижные игры на развитие равновесия	1			04.05	https://resh.edu.ru/
63	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1			07.05	https://resh.edu.ru/
64	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			11.05	https://resh.edu.ru/
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			14.05	https://resh.edu.ru/
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			18.05	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1			21.05	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1			25.05	https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура: 2-й класс: учебник, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение».

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

ВФСК ГТО (gto.ru) Российская электронная школа https://resh.edu.ru/