

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Камчатского края
Управление образования Администрации Усть-Большерецкого района
МБОУ Запорожская начальная школа – детский сад №9

РАССМОТРЕНА
на заседании
методического объединения
Руководитель МО Е.Д. Литвиненко
Протокол № 1 от 26 августа 2024 г

СОГЛАСОВАНА
с педагогическим советом
Протокол № 1
от 27 августа 2024 г

УТВЕРЖДЕНА
директор МБОУ
Запорожская НШ-ДС № 9
Т.О. Густяк

Приказ от 28.08.2024 г № 14- ОД

ДОПОЛНЕНИЕ № 1
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 803248)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 1 – 4 классов

Составитель: Громова Елена Вячеславовна
учитель начальных классов

с.Запорожье
2024

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	0	0	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9	0	0	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		9			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	0	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
1.2	Индивидуальные комплексы	2	0	0	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2

	утренней зарядки				https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	0	0	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2.2	Лыжная подготовка	12	0	0	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2.3	Легкая атлетика	14	0	0	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2.4	Подвижные игры	19	0	0	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		59			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	0	0	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Итого по разделу		28			

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	0	0	
-------------------------------------	-----	---	---	--

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
Первая четверть – 23 часа						
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	0	04.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
2	Зарождение Олимпийских игр	1	0	0	05.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
3	Современные Олимпийские игры	1	0	0	09.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
4	Физическое развитие	1	0	0	11.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
5	Физические качества	1	0	0	12.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
6	Сила как физическое качество	1	0	0	16.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
7	Быстрота как физическое качество	1	0	0	18.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/

8	Выносливость как физическое качество	1	0	0	19.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
9	Гибкость как физическое качество	1	0	0	23.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
10	Развитие координации движений	1	0	0	25.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
11	Развитие координации движений	1	0	0	26.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	0	30.09.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
13	Закаливание организма	1	0	0	02.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
14	Утренняя зарядка	1	0	0	03.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
15	Составление комплекса утренней зарядки	1	0	0	07.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0	0	09.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
17	Строевые упражнения и команды	1	0	0	10.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
18	Строевые упражнения и команды	1	0	0	14.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/

19	Прыжковые упражнения	1	0	0	16.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
20	Прыжковые упражнения	1	0	0	17.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
21	Гимнастическая разминка	1	0	0	21.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	0	23.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	0	24.10.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Вторая четверть- 24 часа						
24	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	0	06.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
25	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	0	07.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1	0	0	11.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1	0	0	13.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
28	Танцевальные гимнастические	1	0	0	14.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2

	движения					https://resh.edu.ru/subject/9/2/
29	Танцевальные гимнастические движения	1	0	0	18.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
30	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	0	20.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
31	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	0	21.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
32	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	0	25.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
33	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	0	27.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
34	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	0	28.11.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
35	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	0	02.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
36	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	0	04.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
37	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической	1	0	0	05.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/

	скамейке					
38	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	0	09.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
39	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1	0	0	11.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
40	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	0	12.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
41	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	0	16.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
42	Сложно координированные беговые упражнения	1	0	0	18.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
43	Сложно координированные беговые упражнения	1	0	0	19.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
44	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	0	23.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
45	Игры с приемами	1	0	0	25.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2

	баскетбола					https://resh.edu.ru/subject/9/2/
46	Игры с приемами баскетбола	1	0	0	26.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
47	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	0	28.12.2024	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Третья четверть – 32 часа						
48	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	0	09.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
49	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	0	0	09.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
50	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	0	15.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
51	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	0	16.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
52	Подъем лесенкой	1	0	0	16.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
53	Подъем лесенкой	1	0	0	22.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
54	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	0	23.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
55	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	0	23.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/

56	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	0	29.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
57	Прием «волна» в баскетболе	1	0	0	30.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
58	Торможение лыжными палками	1	0	0	30.01.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
59	Торможение лыжными палками	1	0	0	05.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
60	Прием «волна» в баскетболе	1	0	0	06.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
61	Спуск с горы в основной стойке	1	0	0	06.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
62	Спуск с горы в основной стойке	1	0	0	12.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
63	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	0	13.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
64	Торможение падением на бок	1	0	0	13.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
65	Торможение падением на бок	1	0	0	19.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
66	Игры с приемами футбола: метко в цель 1 км. Эстафеты	1	0	0	20.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
67	Освоение правил и техники выполнения	1	0	0	20.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2

	норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах					https://resh.edu.ru/subject/9/2/
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	0	26.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
69	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	0	27.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
70	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	0	27.02.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
71	Футбольный бильярд	1	0	0	05.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
72	Футбольный бильярд	1	0	0	06.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
73	Бросок ногой	1	0	0	06.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
74	Бросок ногой	1	0	0	12.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
75	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	0	13.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
76	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	0	13.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
77	Правила выполнения спортивных	1	0	0	19.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/

	нормативов 2 ступени					
78	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	0	20.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	20.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
Четвертая четверть- 23 часа						
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	31.03.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	0	02.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	0	03.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
83	Освоение правил и	1	0	0	07.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2

	техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры					https://resh.edu.ru/subject/9/2/
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	0	0	09.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики.. Эстафеты	1	0	0	10.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики.. Эстафеты	1	0	0	14.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/

87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	16.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	17.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	21.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные	1	0	0	23.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/

	игры					
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	24.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	28.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	30.04.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	05.05.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/

95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	0	07.05.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	0	08.05.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	12.05.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	14.05.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Подвижные игры	1	0	0	15.05.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/

100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты Подвижные игры	1	0	0	19.05.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	0	21.05.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
102	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	0	22.05.2025	https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2 https://resh.edu.ru/subject/9/2/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

<https://interneturok.ru/subject/fizkultura/class/2>

<https://resh.edu.ru/subject/9/2/>

