

Рабочая программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной рабочей программе воспитания.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы 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 нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов 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 детей младшего школьного возраста. 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 младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся 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 школьников, 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 младших школьников 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 физкультурминуток 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 является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками 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 школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно - ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся 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 Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, 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 изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе:

- «Знания о физической культуре».
- «Способы самостоятельной деятельности».
- «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

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

Общее число часов, отведённых на изучение учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе составляет 272 ч. (два часа в неделю в каждом классе): 1 класс — 68 ч; 2 класс — 68 ч; 3 класс — 68 ч; 4 класс — 68 ч.

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 обливанием. 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, перекиды 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.

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.

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 приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Плавательная подготовка. Изучение стилей плавания: брасс, кроль на груди, кроль на спине. Игры в воде. Закаливание, безопасное поведение на воде.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации 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.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- 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

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

коммуникативные УУД:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;

- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

По окончании второго года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- 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 УУД:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (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 УУД:

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

По окончании третьего года обучения, учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;

➤ вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным триместрам;

коммуникативные УУД:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой;

регулятивные УУД:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

По окончании четвёртого года обучения, учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости;

коммуникативные УУД:

- взаимодействовать с учителем и учащимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и учащимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой;

регулятивные УУД:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов;
- оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного предмета «Физическая культура»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями

из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

2 класс

К концу обучения во втором классе обучающийся научится:

- 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 длину с места;
- 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 приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 2 А, б, класса

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	конт. работы	практ. работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	3	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого по разделу		3	0	3	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение.	6	0	6	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
Итого по разделу		6	0	6	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
3.1	Закаливание организма. Утренняя зарядка. Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	3	0	3	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого по разделу		3	0	3	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
4.1	Модуль "Гимнастика с основами акробатики".	16	0	16	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
4.2	Модуль "Лёгкая атлетика".	16	0	16	www.edu.ru

					www.school.edu.ru https://uchi.ru/
4.3	Модуль "Подвижные игры".	16	0	18	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого по разделу		48	0	48	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
5.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	8	0	8	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого по разделу		8	0	8	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68	

Поурочное планирование для 2 а,б,в класса

№ п\п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	Контр аботы	практ ическ ие работ ы	план	Факт	
Раздел 1. Знания о физической культуре (3ч)							
1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. рганизация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря.	1	0	1	05.09.23		www.edu.ru www.s chool.edu.ru https:// uchi.ru/

2	История первых Олимпийских игр современности.	1	0	1	08.09.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3	Современные олимпийские игры.	1	0	1	12.09.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности (6 ч)							
4	Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека.	1	0	1	15.09.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
5	Правила развития физических качеств. Сила как физическое качество. Упражнения для развития силы.	1	0	1	19.09.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
6	Правила развития физических качеств. Быстрота как физическое качество. Упражнения для развития быстроты.	1	0	1	22.09.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
7	Правила развития физических качеств. Гибкость как физическое качество. Упражнения для развития гибкости.	1	0	1	26.09.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
8	Правила развития физических качеств. Быстрота как физическое качество. Упражнения для развития быстроты.	1	0	0	29.09.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
9	Правила развития физических качеств. Упражнения для развития координации.	1	0	0	03.10.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ							
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура (3ч)							
10	Проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).	1	0	1	06.10.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
11	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1	0	1	10.10.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

12	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, Подвижная игра «У ребят порядок строгий», Игра «Быстро по местам»	1	0	1	13.10.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура							
Модуль Легкая Атлетика (16ч)							
13	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Беговые упражнения. Игра «Веревочка под ногами»	1	0	1	17.10.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
14	Совершенствование выполнения строевых упражнений. Подъем туловища из положения лежа.	1	0	1	20.10.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
15	Изучение техники высокого старта. Повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся интервалом отдыха).	1	0	1	24.10.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
16	Обучение упражнений с гимнастической палкой. Эстафеты с гимнастической палкой.	1	0	1	27.10.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
17	Развития внимания, мышления. Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Прыжок в длину с места.	1	0	1	07.11.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
18	Техника низкого старта. Бег с ускорением до 20м. Подтягивание на высокой перекладине.	1	0	1	10.11.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
19	Челночный бег; Броски в стену и ловля теннисного мяча из разных исходных положений. Игра «Вызов номеров»	1	0	1	14.11.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
20	Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с ускорениями. Игра «За двумя	1	0	1	17.11.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	зайцами».						
21	Прыжковые упражнения: Прыжки через скакалку на месте на одной ноге и на двух ногах поочередно. Игра « Пингвины»	1	0	1	21.11.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
22	Прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров, прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), запрыгивание с последующим спрыгиванием. Игра « Перепрыгни ручей»	1	0	1	24.11.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
23	Техника метания малого мяча с места и на дальность.	1	0	1	28.11.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
24	Метание набивных мячей. Двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху.снизу);	1	0	1	01.12.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
25	Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность. Игра «Попади в мяч».	1	0	1	05.12.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
26	Высокий старт с последующим ускорением. Контроль двигательных качеств, бег на 30 м.с высокого старта.	1	0	1	08.12.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
27	. Бег по разметкам и с выполнением заданий. Игра «Охотники и зайцы»	1	0	1	12.12.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
28	Передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений. Эстафеты.	1	0	1	15.12.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
29	Совершенствование строевых упражнений. Зачет. Прыжок в длину с места. Упражнения в парах. Игра «День Ночь»	1	0	1	19.12.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура							
Модуль Гимнастика с основами акробатики (16 ч)							
30	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Обучение вису углом на гимнастической стенке	1	0	1	22.12.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	и перекладине.						uchi.ru/
31	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Совершенствование техники «Стойка на лопатках»	1	0	1	26.12.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
32	Развитие гибкости. Выполнение упражнений акробатики в разных сочетаниях. «Мост».	1	0	1	29.12.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
33	Ходьба на гимнастической скамейке различными способами. Контроль двигательных качеств; «наклон вперед из положения стоя».	1	0	1	09.01.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
34	Развитие равновесия. Упражнения «Ласточка» Игра «Прокати быстрее мяч»	1	0	1	12.01.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
35	Развитие гибкости. Упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой.	1	0	1	16.01.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
36	Совершенствование навыков перемещения по гимнастической стенке. Кувырки вперед и назад. Игра «Волк во рву»	1	0	1	19.01.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
37	Повторение строевых упражнений. Развитие гибкости в глубоких выпадах, наклонах.	1	0	1	23.01.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
38	Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезаний по гимнастической стенке. Упражнения для формирования правильной осанки.	1	0	1	26.01.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
39	Совершенствование упражнений гимнастики: «Лодочка, корзиночка, кольцо, кувырок вперед»	1	0	1	30.01.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
40	Развитие внимания, мышления разучивание гимнастической комбинации. Игра «Салки с домом»	1	0	1	02.02.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
41	навыков посредством акробатических упражнений.	1	0	1	06.02.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	Закрепление гимнастической комбинации. Игра «Салки с мячом»						uchi.ru/
42	Совершенствование стойки на лопатках, кувырок вперед.	1	0	1	09.02.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
43	Развитие выносливости в упражнениях полосы препятствий. Игра «Салки вырубалки»	1	0	1	13.02.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
44	Разучивание эстафет с акробатическими и прикладными гимнастическими упражнениями.	1	0	1	16.02.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
45	Развитие координационных способностей в эстафетах. Игра «Салки- ноги от земли»	1	0	1	20.02.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура							
Модуль "Подвижные игры" (16ч)							
46	Инструктаж по ТБ на уроках спортивных игр. Разучивание ОРУ с большим мячом. Повторение броска и ловли мяч. Игра «Вышибалы»	1	0	1	27.02.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
47	Разучивание упражнений с малыми мячами. Игры и эстафеты с передачей, броском и ловлей мяча.	1	0	1	29.02.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
48	Ведение мяча в движении и по прямой. Разучивание бросков мяча одной рукой в цель. Игра «Мяч среднему»	1	0	1	01.03.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
49	Игры для развития быстроты. Техника ведения мяча в движении и по прямой. Разучивание игры «Бросок мяча в колоне»	1	0	1	05.03.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
50	Совершенствование бросков в кольцо способами «Снизу» и «Сверху» на основе баскетбола.	1	0	1	12.03.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
51	Эстафеты с мячами. Развитие	1	0	1	15.03.24		www.edu.ru www.school.edu.ru

	координационных способностей.						school.edu.ru https://uchi.ru/
52	Ведение мяча по заданной траектории. Удары по мячу с места. Игры с элементами футбола. Игра «Забей гол».	1	0	1	19.03.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
53	Специальные передвижения без мяча; ведение мяча; передачи мяча; игра «Скажи какой цвет»	1	0	1	22.05.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
54	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками. Игры с элементами баскетбола. Игра «5 передач»	1	0	1	02.04.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
55	Специальные передвижения, специальные передвижения, подбрасывание мяча. Поддача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Игра «Совушка»	1	0	1	05.04.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
56	Подвижные игры на материале волейбола. Игра «Передача мячей»	1	0	1	09.04.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
57	подвижные игры на материале волейбола игра «Передача мячей»	1	0	1	12.04.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
58	Подвижные игры на материале футбола. Игра «Передача мячей по кругу».	1	0	1	16.04.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
59	Удар по неподвижному мячу. Удар по катящемуся мячу. Подвижные игры на материале футбола. Футбольные эстафеты.	1	0	1	19.04.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
60	Выполнение упражнений по станциям. Круговая тренировка.	1	0	1	23.04.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
61	Перебрасывание мяча через волейбольную сетку из-за головы. Прыжки через скакалку. Подвижная игра «Передай соседу»	1	0	1	26.04.23		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (8ч)

62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры.	1	0	1	03.05.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
63	Освоение правил и техники. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры.	1	0	1	07.05.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
64	. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1	14.05.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
65	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1	17.05.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
66	Метание теннисного мяча в цель. Эстафеты.	1	0	1	21.05.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
67	. Челночный бег 3*10 м. Подвижные игры.	1	0	1	24.05.24		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		67	0	67			www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 2 класс/ А.П. Матвеев., Москва «Просвещение» 2023;

Физическая культура - 2 класс - Российская электронная школа (resh.edu.ru);
<https://www.gto.ru>

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 класс/ В.И.Лях., М: «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»;

Физическая культура. 1-4 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова
Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество
«Издательство «Просвещение»;

<https://infourok.ru/user/bazuev-valerij-aleksandrovich>

<https://infourok.ru/user/mashkovcev-aleksey-ivanovich>

<https://infourok.ru/sbornik-podvizhnih-igr-dlya-klassov-1311619.html>

www.gto.ru (сайтГТО)

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

РОССИЙСКАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ ШКОЛА <https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

«Открытый урок. Первое сентября» <https://urok.1sept.ru/sport>

Раздел сайта корпорации «Российский учебник» «Начальное образование»
<https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/nachalnoe-obrazovanie/>

База разработок для учителей начальных классов <http://pedsovet.su>

Пронумеровано, прошнуровано и скреплено

печатью 18

двадцать) страниц.

Директор

МБОУ «СПШ №34»

Р. А. УСТИНОВ

