

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
Управление образования Советского района ХМАО-Югры
МБОУСОШ п. Пионерский

РАССМОТРЕНО
на заседании кафедры

 Кудрина Е.А.

Протокол №
от "30" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы МБОУ СОШ

Тихонова Н.П.

Приказ №356
от "31" августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 4236578)

учебного предмета
«Физическая культура»

для 2а класса начального общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Янышевская Ирина Ивановна
учитель физической культуры

п.Пионерский 2022-2023 учебный год

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
Управление образования Советского района ХМАО-Югры
МБОУСОШ п. Пионерский

РАССМОТРЕНО
на заседании кафедры
_____ Кудрина Е.А.
Протокол №
от "30" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы МБОУ СОШ
Тихонова Н.П.
Приказ №356
от "31" августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 4236578)

учебного предмета
«Физическая культура»

для 2а класса начального общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Янышевская Ирина Ивановна
учитель физической культуры

п.Пионерский 2022-2023 учебный год

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.

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.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

Во 2 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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.

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. 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).

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

По окончании **второго года обучения** учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закалывающими 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.

Предметные результаты

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, 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 приёмов из спортивных игр;

— выполнять упражнения на развитие физических качеств.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	0		обсуждают рассказ учителя о появлении подвижных игр, устанавливают связь подвижных игр с подготовкой к трудовой и военной деятельности, приводят примеры из числа освоенных	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
1.2.	Зарождение Олимпийских игр	1	0	0		готовят небольшие сообщения о проведении современных Олимпийских игр в Москве и Сочи (домашняя работа учащихся);	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
Итого по разделу		2						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Физическое развитие	1	0	0		знакомятся с понятием «физическое развитие» и основными показателями физического развития (длина и масса тела, форма	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
2.2.	Физические качества	1	0	0		знакомятся с понятием «физические качества», рассматривают физические качества как способность человека выполнять физические упражнения, жизненно важные двигательные,	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
2.3.	Сила как физическое качество	1	0	0		знакомятся с понятием «сила», рассматривают силу как физическое качество человека и анализируют факторы, от которых зависит проявление силы (напряжение мышц и скорость их сокращения);;	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
2.4.	Быстрота как физическое качество	1	0	0		знакомятся с понятием «быстрота», рассматривают быстроту как физическое качество человека, анализируют факторы, от которых зависит проявление быстроты (быстрота реакции, скорость	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
2.5.	Выносливость как физическое качество	0.5	0	0		знакомятся с понятием «выносливость», рассматривают выносливость как физическое качество человека, анализируют факторы, от которых зависит проявление выносливости (потребление кислорода, лёгочная вентиляция, частота сердечных	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
2.6.	Гибкость как физическое качество	0.5				знакомятся с понятием «гибкость», рассматривают гибкость как физическое качество человека, анализируют факторы, от которых зависит проявление гибкости (подвижность суставов и эластичность	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
2.7.	Развитие координации движений	0.5				знакомятся с понятием «равновесие», рассматривают равновесие как физическое качество человека, анализируют факторы, от которых зависит проявление равновесия (точность движений, сохранение поз на ограниченной опоре);;	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
2.8.	Дневник наблюдений по физической культуре	0.5				знакомятся с образцом таблицы оформления результатов измерения показателей физического развития и физических качеств, обсуждают и уточняют правила её оформления;	Письменный контроль;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
Итого по разделу		6						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								

Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Закаливание организма	0.5				знакомятся с влиянием закаливания при помощи обтирания на укрепление здоровья, с правилами проведения закаливающей процедуры;;	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
3.2.	Утренняя зарядка	1				наблюдают за образцом выполнения упражнений учителем, уточняют правила и последовательность выполнения упражнений комплекса;;	Письменный контроль;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
3.3.	Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	0.5				составляют индивидуальный комплекс утренней зарядки по правилам из предлагаемых упражнений, определяют их последовательности и дозировки (упражнения на пробуждение мышц; усиление дыхания и кровообращения; включение в работу мышц рук, туловища, спины, живота и ног; восстановление дыхания);	Письменный контроль;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
Итого по разделу		2						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики</i>	1				разучивают правила поведения на уроках гимнастики;;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
4.2.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды</i>	2				разучивают перестроение на месте из одной шеренги в две по команде«Класс, в две шеренги стройся!» (по фазам движения и в полной координации);;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
4.3.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка</i>	2				знакомятся с разминкой как обязательным комплексом упражнений перед занятиями физической культурой;;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
4.4.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой</i>	2				разучивают вращение скакалки, сложенной вдвое, поочередно правой и левой рукой соответственно с правого и левого бока и перед собой;;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
4.5.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом</i>	1				разучивают подбрасывание и ловлю мяча одной рукой и двумя руками;;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
4.6.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные движения</i>	1				знакомятся с хороводным шагом и танцем галоп, наблюдают образец учителя, выделяют основные элементы в танцевальных движениях;;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1				повторяют правила подбора одежды и знакомятся с правилами подготовки инвентаря для занятий лыжной подготовкой;;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
4.8.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	2				разучивают имитационные упражнения в передвижении двухшажным попеременным ходом (скользящие передвижения без лыжных палок);;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
4.9.	Модуль "Лыжная подготовка". Спуски и подъёмы на лыжах	4				обучаются имитационным упражнениям подъёма лесенкой (передвижения приставным шагом без лыж и на лыжах, по ровной поверхности, с лыжными палками и без палок);;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/
4.10	Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными палками и падением на бок	2				разучивают торможение падением на бок при передвижении на лыжной трассе;;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/

4.11.	Модуль "Лёгкая атлетика". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	2				изучают правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой, анализируют возможные негативные ситуации, связанные с невыполнением правил поведения, приводят примеры;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/	
4.12.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень	2				разучивают упражнения в бросках малого мяча в неподвижную мишень: 1 — стоя лицом и боком к мишени (сверху, снизу, сбоку); 2 — лёжа на спине (снизу) и животе (сбоку, располагаясь ногами и головой к мишени).;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/	
4.13.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения	2				разучивают сложно координированные прыжковые упражнения.;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/	
4.14.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	0					Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/	
4.15.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	4				разучивают передвижение равномерной ходьбой, руки на поясе.;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/	
4.16.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения	4				выполняют бег с поворотами и изменением направлений (бег змейкой, с обеганием предметов, с поворотом на 180°).;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/	
4.17.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	24				разучивают правила подвижных игр и знакомятся с выбором и подготовкой мест их проведения.;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/	
Итого по разделу		56							
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура									
5.1.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2				знакомятся с правилами соревнований по комплексу ГТО и совместно обсуждают его нормативные требования, наблюдают выполнение учителем тестовых упражнений комплекса, уточняют правила их выполнения.;	Практическая работа;	http://school-collection.edu.ru/catalog/	
Итого по разделу		2							
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0					

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды и формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Инструктаж по соблюдению правил техники безопасности на уроках лёгкой атлетики. Высокий старт	1			05.09	Практическая работа. Устный опрос.
2.	Бег с ускорением до 20м. Подвижные игры.	1			07.09	Практическая работа. Устный опрос.
3.	Прыжки в длину с места на результат.	1			12.09	Практическая работа. Устный опрос.
4.	Высокий старт. Игра «Третий лишний»	1			14.09	Практическая работа. Устный опрос.
5.	Бег 30 м. на результат	1			19.09	Практическая работа. Устный опрос.
6.	Подтягивание на высокой перекладине(м), низкой (д) Прыжки в длину с разбега с 3- 5шагов	1			21.09	Практическая работа. Устный опрос. Входной контроль.
7.	Инструктаж по соблюдению правил техники безопасности на уроках спортивных игр. Подвижная игра «Воробы и вороны»	1			26.09	Практическая работа. Устный опрос.
8.	Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель	1			28.09	Практическая работа. Устный опрос.

9.	Преодоление малых препятствий. Игра «Кто первый»	1			03.10	Практическая работа. Устный опрос.
10.	Эстафеты с преодолением препятствий. Комплекс утренней гимнастики	1			05.10	Практическая работа. Устный опрос.
11.	Ловля и передача мяча. Эстафеты с мячами	1			10.10	Практическая работа. Устный опрос.
12.	Ведение мяча на месте.	1			12.10	Практическая работа. Устный опрос.
13.	Ведение мяча в ходьбе. Наклон вперед на результат.	1			17.10	Практическая работа. Устный опрос.
14.	Ведение мяча в ходьбе одной рукой	1			19.10	Практическая работа. Устный опрос.
15.	Бросок мяча в баскетбольный щит	1			24.10	Практическая работа. Устный опрос.
16.	Ведение мяча по прямой. Подвижные игры	1			26.10	Практическая работа. Устный опрос.
17.	Режим дня. Личная гигиена	1			07.11	Практическая работа. Устный опрос.
18.	Гимнастическая полоса препятствий на развитие физических качеств быстроты, силы, гибкости.	1			09.11	Практическая работа. Устный опрос.

19.	Инструктаж по соблюдению правил техники безопасности на уроках лыжной подготовки. Повороты на месте. Подвижные игры.	1			14.11	Практическая работа. Устный опрос.
20.	Ступающий шаг без палок.	1			16.11	Практическая работа. Устный опрос.
21.	Повороты на месте	1			21.11	Практическая работа. Устный опрос.
22.	Ступающий шаг с палками. Повороты на месте	1			23.11	Практическая работа. Устный опрос.
23.	Скользящий шаг без палок. Повороты на месте	1			28.11	Практическая работа. Устный опрос.
24.	Скользящий шаг с палками	1			30.11	Практическая работа. Устный опрос.
25.	Подъем лесенкой	1			05.12	Практическая работа. Устный опрос.
26.	Скользящий шаг с палками. Подъем лесенкой	1			07.12	Практическая работа. Устный опрос.
27.	Попеременно двухшажный ход без палок	1			12.12	Практическая работа. Устный опрос.
28.	Спуск с небольшого склона	1			14.12	Практическая работа. Устный опрос.
29.	Прохождение дистанции 1 км.	1			19.12	Практическая работа. Устный опрос.
30.	Повороты переступанием	1			21.12	Практическая работа. Устный опрос.

31.	Ловля и передача мяча в движении с параллельным	1			26.12	Практическая работа. Устный опрос.
32.	Подвижные игры	1			28.12	Практическая работа. Устный опрос.
33.	Инструктаж по соблюдению правил техники безопасности на уроках гимнастики. Кувырок вперед	1			09.01	Практическая работа. Устный опрос.
34.	Стойка на лопатках согнув ноги. Кувырок вперед. Игра «Паук и мухи»	1			11.01	Практическая работа. Устный опрос.
35.	Из стойки на лопатках согнув ноги перекат вперед в упор присев.	1			16.01	Практическая работа. Устный опрос.
36.	Кувырок в сторону. Подвижные игры.	1			18.01	Практическая работа. Устный опрос.
37.	Акробатические соединения из разученных элементов	1			23.01	Практическая работа. Устный опрос.
38.	Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног. Эстафета.	1			25.01	Практическая работа. Устный опрос.
39.	Лазанье по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног.	1			30.01	Практическая работа. Устный опрос.
40.	Лазанье по канату.	1			01.02	Практическая работа. Устный опрос.
41.	Перелезание через гимнастический снаряд.	1			06.02	Практическая работа. Устный опрос.

42.	Ходьба по гимнастической скамейке, гимнастическому бревну, упражнения на равновесие.	1			08.02	Практическая работа. Устный опрос.
43.	Гимнастическая полоса препятствий на развитие физических качеств быстроты, силы, гибкости.	1			13.02	Практическая работа. Устный опрос.
44.	Акробатическая композиция из 5 упражнений	1			15.02	Практическая работа. Устный опрос.
45.	Инструктаж по соблюдению правил техники безопасности на уроках спортивных игр. Броски набивного мяча в цель.	1			20.02	Практическая работа. Устный опрос.
46.	Ведение мяча по прямой шагом	1			22.02	Практическая работа. Устный опрос.
47.	Ведение мяча в движении бегом	1			27.02	Практическая работа. Устный опрос.
48.	Броски мяча в баскетбольный щит, кольцо	1			01.03	Практическая работа. Устный опрос.
49.	Подвижные спортивные игры.	1			06.03	Практическая работа. Устный опрос.
50	П. и. « Белые медведи». Ведение мяча со сменой рук.	1			08.03	Практическая работа. Устный опрос.
51	П. и. « У ребят порядок строгий» . Передача мяча в парах с отскоком от пола.	1			13.03	Практическая работа. Устный опрос.

52	П. и. « Кто быстрее встанет в круг». Броски мяча в корзину двумя руками снизу.	1			15.03	Практическая работа. Устный опрос.
53	П. и. «Прыгающие воробьи». Ведение мяча «змейкой».	1			20.03	Практическая работа. Устный опрос.
54	П. и «Волк во рву». Передача мяча двумя руками от груди.	1			22.03	Практическая работа. Устный опрос.
55	Инструктаж по соблюдению правил техники безопасности на уроках легкой атлетики. Равномерный бег 800 м.	1			03.04	Практическая работа. Устный опрос.
56	Бег 60 м. с высокого старта. Эстафета с передачей эстафетной палочки.	1			05.04	Практическая работа. Устный опрос.
57	Бег 400 м. Развитие выносливости организма.	1			10.04	Практическая работа. Устный опрос.
58	Прыжок в длину с 3-4 шагов разбега. Равномерный бег умеренной интенсивности 500м	1			12.04	Практическая работа. Устный опрос.
59	Повторение прыжка в длину с разбега. Бег с чередованием ходьбы 800м.	1			17.04	Практическая работа. Устный опрос.
60	Прыжок в длину с разбега.	1			19.04	Практическая работа. Устный опрос.
61	Метания мяча на дальность с места.	1			24.04	Практическая работа. Устный опрос.
62	Метание мяча на дальность с места. Эстафеты.	1			26.04	Практическая работа. Устный опрос.
63	Бег 60 м. П. и. « Вызов номеров».	1			03.05	Практическая работа. Устный опрос.

64	Прыжок в длину с 3-4 шагов разбега. Равномерный бег умеренной интенсивности 500м.	1			08.05	Практическая работа. Устный опрос.
65	Бег 1000м. на результат.	1			10.05	Практическая работа. Устный опрос.
66	Подвижные спортивные игры.	1			15.05	Практическая работа. Устный опрос.
67	Метания малого мяча на дальность.	1			17.05	Практическая работа. Устный опрос.
68	Весёлые старты, подвижная игра.	1			22.05	Практическая работа. Устный опрос.
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

-Физическая культура, 1-2 класс/Барышников В.Я., Белоусов А.И.; под редакцией Виленского М.Я., «Русское слово-учебник»;

-Физическая культура. Гимнастика (в 2 частях), 1-4 класс/Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д.; под редакцией Винер И.А., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

-Физическая культура, 2 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Физическая культура, 1-2 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, 1-2 класс/Погадаев Г.И., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство Просвещение»;

-Физическая культура, 1-2 класс/Шишкина А.В., Алимбиева О.П., Брехов Л.В.,

Издательство «Академкнига/Учебник»;

-Физическая культура, 2 класс/Лисицкая Т.С., Новикова Л.А., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство

Просвещение»;

-Физическая культура, 1-4 класс/Шаулин В.Н., Комаров А.В., Назарова И.Г., Шустиков Г.С.,

ООО «Развивающее обучение»; АО «Издательство «Просвещение»;

Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура. 1-4 классы: рабочая программа по учебнику В.И. Ляха / авт.-сост. Р.Р. Хайрутдинов. - Волгоград: Учитель, 2021

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

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

<http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/>

<https://www.gto.ru/norms>

<https://uchi.ru/?->

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ
ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Сетка волейбольная

Щит тренировочный навесной с
кольцом и сеткой

Мячи футбольные

Мячи волейбольные

Мячи баскетбольные

Обруч пластмассовый детский

Палка гимнастическая пластмассовая

Скамейка гимнастическая жёсткая 2м

Мячи для большого тенниса

Кегли

Скакалка удлиненная

Скакалка гимнастическая

Мат поролоновый (2x1x0,1)

Медицинбол 1 кг

Аптечка для оказания первой помощи

Канат для лазания 5м

Козёл гимнастический

Мост гимнастический подкидной

Стенка гимнастическая

Лыжи

Лыжные палки

Лыжные ботинки

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Свисток, секундомер, линейка, рулетка измерительная

