

Документ подписан электронной подписью
Анучина Людмила Ивановна
Серийный номер:
1D7A1EF7E6FFFE83DD9DBB4A910CA69F
Срок действия с 16.05.2022 до 09.08.2023

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа №1
города Черняховска Калининградской области имени кавалера ордена Мужества
В.У.Пана»
МАОУ «СОШ № 1 г. Черняховска им. В.У. Пана»

Рабочая программа
(ID 4130437)

основной общеобразовательной программы начального общего образования
муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя
общеобразовательная школа №1 города Черняховска Калининградской области имени
кавалера ордена Мужества В.У.Пана»
образовательная область «Физическая культура и основы безопасности и
жизнедеятельности»
предмет «Физическая культура»
2 класс
на 2022 – 2023 учебный год

Составитель:
Коробицына Дарья Андреевна

город Черняховск
2022 г.

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 прикладное-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 поочерёдно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

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 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.

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, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой; в высоту с прямого разбега;
- 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	1		обсуждают рассказ учителя о появлении первых соревнований, связывают их появление с появлением правил и судей, контролирующих их выполнение;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/conspect/223902/
1.2	Зарождение Олимпийских игр	1	0	1		обсуждают рассказ учителя, анализируют поступок Геракла как причину проведения спортивных состязаний;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/conspect/190520/

Итого по разделу		2						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	1		знакомятся с образцом таблицы оформления результатов измерения показателей физического развития и физических качеств, обсуждают и уточняют правила её оформления	Устный опрос	Учебник; https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/04/20/rabochaya-tetrad-dnevnik-zdorovya-dlya-obuchayushchihsya-1-4
Итого по разделу		1						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Закаливание организма	1	0	1		знакомятся с влиянием закаливания при помощи обтирания на укрепление здоровья, с правилами проведения закаливающей процедуры	Устный опрос	Учебник
3.2.	Утренняя зарядка	1	0	1		записывают	Устный	Учебник

						комплекс утренней зарядки в дневник физической культуры с указанием дозировки упражнений;	опрос		
3.3.	Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	1	1	0		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)	Зачет	Учебник	
Итого по разделу		3							
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура									
4.1.	<i>Модуль "Гимнастика с</i>	1	0	1		разучивают	Устный	Учебник	

	<i>основами акробатики".</i> Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики					правила поведения на уроках гимнастики;; и акробатики, знакомятся с возможными травмами в случае их невыполнения	опрос	
4.2.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Строевые упражнения и команды	2	0	2		разучивают перестроение на месте из одной шеренги в две по команде «Класс, в две шеренги стройся!» (по фазам движения и в полной координации); разучивают перестроение из двух шеренг в одну по команде«Класс, в одну шеренгу стройся!» (по фазам движения и в полной координации)	Работа на уроке	Учебник
4.3.	<i>Модуль "Гимнастика с основами</i>	5	0	5		знакомятся с разминкой как	Работа на уроке	Учебник

	<i>акробатики".</i> Гимнастическая разминка					обязательным комплексом упражнений перед занятиями физической культурой		
4.4.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Упражнения с гимнастической скакалкой	2	1	1		разучивают прыжки через скакалку на двух ногах на месте (в полной координации)	Зачет	Учебник
4.5.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Упражнения с гимнастическим мячом	2	0	2		разучивают подбрасывание и ловлю мяча одной рукой и двумя руками; обучаются перебрасыванию мяча с одной руки на другую, на месте и поворотом кругом	Работа на уроке	Учебник
4.6.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Танцевальные движения	2	0	2		знакомятся с хороводным шагом и танцем галоп, наблюдают образец учителя, выделяют основные	Работа на уроке	Учебник

						элементы в танцевальных движениях; разучивают движения хороводного шага (по фазам движения и с в полной координации)		
4.7.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика".</i> Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1		изучают правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой, анализируют возможные негативные ситуации, связанные с невыполнением правил поведения, приводят примеры	Работа на уроке	Учебник
4.8.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика".</i> Броски мяча в неподвижную мишень	5	2	3		разучивают упражнения в бросках малого мяча в неподвижную мишень: 1 — стоя лицом и	Зачет; Работа на уроке	Учебник

						бокoм к мишени (сверху, снизу, сбоку); 2 — лёжа на спине (снизу) и животе (сбоку, располагаясь ногами и головой к мишени).		
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения	7	1	6		толчком двумя ногами по разметке;; толчком двумя ногами с места и касанием рукой подвешенных предметов	Работа на уроке	Учебник
4.10.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	3	0	3		разучивают прыжок в высоту с небольшого разбега с доставанием подвешенных предметов;; обучаются технике приземления при спрыгивании с горки гимнастических матов	Работа на уроке	Учебник
4.11.	Модуль "Лёгкая	3	1	2		разучивают	Работа на	Учебник

	атлетика". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке					передвижение равномерной ходьбой с перешагиванием через лежащие на скамейке предметы (кубики, набивные мячи и т. п.); разучивают передвижение равномерной ходьбой с набивным мячом в руках обычным и приставным шагом правым и левым боком;; разучивают передвижения ходьбой в полуприседе и приседе с опорой на руки	уроке	
4.12.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения</i>	4	1	3		выполняют бег с ускорениями из разных исходных положений (из упора присев и упора лёжа; спиной и боком вперёд; упора сзади сидя,	Работа на уроке	Учебник

						стоя, лёжа); выполняют бег с преодолением препятствий (прыжком через гимнастическую скамейку; по невысокой горке матов, проползанием под гимнастической перекладиной)		
4.13.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	11	0	11		разучивают правила подвижных игр с элементами баскетбола и знакомятся с особенностями выбора и подготовки мест их проведения	Работа на уроке	Учебник
Итого по разделу		48						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	14	0	14		разучивают упражнения физической подготовки для самостоятельных занятий; 1 — развитие силы	Работа на уроке	https://www.gto.ru/norms

					(с предметами и весом собственного тела); 2 — развитие выносливости (в прыжках, беге и ходьбе); 3 — развитие равновесия (в статических позах и передвижениях по ограниченной опоре); 4 — развитие координации (броски малого мяча в цель, передвижения на возвышенной опоре)		
Итого по разделу		14					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	7	61			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов; Инструктаж по технике безопасности. Бег с ускорением 20 м. Игра «Пятнашки».	1	0	1	06.09.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
2.	Зарождение Олимпийских игр; Челночный бег. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки».	1	1	0	08.09.2022	Зачет
3.	Дневник наблюдений по физической культуре; Развитие скоростных способностей. Бег 60 м. «Пятнашки в парах (тройках)».	1	1	0	13.09.2022	Зачет
4.	Закаливание организма; Административная контрольная работа. Челночный бег. Прыжок с места. Игра «К своим флажкам».	1	1	0	15.09.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
5.	Утренняя зарядка; Челночный бег. Прыжок с высоты до 40 см. Игра «К своим флажкам», «Прыгающие воробушки».	1	0	1	20.09.2022	Зачет

6.	Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки; Развитие скоростно-силовых качеств. Метание. Эстафеты.	1	0	1	22.09.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
7.	Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Эстафеты.	1	0	1	27.09.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
8.	Развитие выносливости. Преодоление малых препятствий. Игра «Подвижная цель».	1	0	1	29.09.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
9.	Развитие выносливости. Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний».	1	0	1	04.10.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
10.	Развитие выносливости. Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний».	1	0	1	06.10.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
11.	Преодоление малых препятствий. Игра«Салки с выручкой»	1	0	1	11.10.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
12.	Преодоление малых препятствий. Игра«Рыбаки и рыбки». Спортивный праздник «Мама, папа и я – спортивная семья»	1	0	1	13.10.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
13.	Преодоление малых препятствий. Игра«Пятнашки	1	0	1	18.10.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»

	».					
14.	Общая физическая культура. Игра «Весёлые задачи».	1	0	1	20.10.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
15.	Гимнастика: Инструктаж. Группировка, перекаты в группировке; игра «Весёлые задачи».	1	0	1	25.10.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
16.	Преодоление малых препятствий. Акробатика. Игра «Пятнашки», «День и ночь».	1	1	0	27.10.2022	Зачет
17.	Акробатика. Строевые упражнения. Игра «Запрещенное движение».	1	0	1	08.11.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
18.	Строевые упражнения. Акробатика. Игра «Подвижная мишень».	1	0	1	10.11.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
19.	Строевые упражнения. Акробатика. Игра «Подвижная мишень».	1	0	1	15.11.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
20.	Строевые упражнения. Акробатика. Игра «Фигуры».	1	0	1	17.11.2022	Зачет
21.	Строевые упражнения. Висы. Игра «Змейка».	1	0	1	22.11.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
22.	Строевые упражнения. Висы. Игра «Змейка».	1	0	1	24.11.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
23.	Висы. Подтягивание в висе. Игра «Змейка».	1	1	0	29.11.2022	Зачет
24.	Опорный прыжок, лазание. Игра «Иголочка и	1	0	1	01.12.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»

	ниточка».					
25.	Опорный прыжок, лазание. Игра «Иголочка и ниточка».	1	0	1	06.12.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
26.	Опорный прыжок, лазание. Игра «Кто приходил?».	1	0	1	08.12.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
27.	Опорный прыжок, лазание. Игра «Кто приходил?».	1	0	1	13.12.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
28.	Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	1	0	1	15.12.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
29.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО: Челночный бег 3X10 м.	1	0	1	20.12.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
30.	Челночный бег 3X10 м. Подвижные ига.	1	0	1	22.12.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
31.	Подтягивание на высокой перекладине (мал), на низкой перекладине (дев). Подвижные ига.	1	0	1	27.12.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
32.	Подтягивание на высокой перекладине (мал), на низкой перекладине (дев). Подвижные ига.	1	0	1	29.12.2022	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
33.	Отжимание от пола. Подвижная игра	1	0	1	10.01.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
34.	Отжимание от пола. Подвижная игра	1	0	1	12.01.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
35.	Тест на гибкость. Подвижная игра	1	0	1	17.01.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
36.	Тест на гибкость. Подвижная игра	1	0	1	19.01.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»

37.	Прыжок в длину с места. Подвижная игра	1	0	1	24.01.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
38.	Прыжок в длину с места. Подвижная игра	1	0	1	26.01.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
39.	Метание теннисного мяча в цель. Подвижная игра	1	0	1	31.01.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
40.	Метание теннисного мяча в цель. Подвижная игра	1	0	1	02.02.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
41.	Пресс за 1 минуту. Подвижная игра	1	0	1	07.02.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
42.	Пресс за 1 минуту. Подвижная игра	1	0	1	09.02.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
43.	Подвижные игры на основе баскетбола: Броски в цель. Игра «Попади в обруч».	1	0	1	14.02.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
44.	Ведение на месте. Игра «Попади в обруч».	1	0	1	16.02.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
45.	Ведение на месте. Игра «Передал – садись».	1	0	1	21.02.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
46.	Ведение мяча. Игра «Мяч соседу». Подготовка и проведение спортивного праздника «Мама, папа, я – спортивная семья»	1	0	1	28.02.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
47.	Ведение мяча. Игра «Мяч соседу».	1	0	1	02.03.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
48.	Ведение мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах».	1	0	1	07.03.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
49.	Эстафеты.	1	0	1	09.03.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
50.	Ведение мяча правой и левой рукой. Игра «Передача мяча в колоннах».	1	0	1	14.03.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»

51.	Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Игра «Мяч в корзину».	1	0	1	16.03.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
52.	Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Игра «Мяч в корзину».	1	0	1	28.03.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
53.	Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Игра «Передал– садись».	1	0	1	30.03.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
54.	Кроссовая подготовка: Бег по пересеченной местности: Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний»	1	0	1	04.04.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
55.	Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний»	1	0	1	06.04.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
56.	Бег по пересеченной местности.	1	0	1	11.04.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
57.	Бег по пересеченной местности.	1	0	1	13.04.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
58.	Бег по пересеченной местности. Урок здоровья, посвящённый Всемирному Дню здоровья	1	0	1	04.04.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
59.	Лёгкая атлетика: Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки».	1	0	1	06.04.2023 13.04.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
60.	Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки».	1	1	0	18.04.2023	Зачет
61.	Челночный бег.	1	0	1	20.04.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»

	Прыжок с места. Игра «К своим флажкам». Эстафеты.					
62.	Челночный бег. Прыжок с места. Игра «К своим флажкам». Эстафеты.	1	1	0	25.04.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
63.	Прыжок с места. Игра «Воробьи и вороны»	1	0	1	27.04.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
64.	Прыжок с места. Игра «Воробьи и вороны»	1	0	1	02.05.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
65.	Прыжок в высоту с 4–5 шагов разбега. Игра «К своим флажкам».	1	0	1	04.05.2023 11.05.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
66.	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2*2 м) с расстояния 4–5 м. Эстафеты.	1	0	1	16.05.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
67	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2*2 м) с расстояния 4–5 м. Эстафеты.	1	0	1	18.05.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
68	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2*2 м) с расстояния 4–5 м. Эстафеты.	1	0	1	23.05.2023	Самооценка с использованием «Оценочного листа»
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	7	61		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

[https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/методичка/электронные-методические-
пособия/](https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/методичка/электронные-методические-пособия/)

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Шахматы онлайн

<https://levico.ru/>

РЭШ (Российская электронная школа)<https://resh.edu.ru/subject/9/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

1. Мячи:

баскетбольные

волейбольные

футбольные

2. скакалки

3. нейроскакалки

4. обручи

5. эстафетные палочки

6. гимнастические палочки

7. набивные мячи 1кг, 2кг, 3кг.

8. мячи для метания

9. гимнастические маты

10. мячи для метания

11. скамейки гимнастические

12. перекладина навесная

13. шведские стенки

14. баскетбольные кольца

15. волейбольные стойки

16. сетка волейбольная

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

