**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**‌****Министерство образования РМ‌‌**

**‌‌**​

**МОУ "Александровская СОШ" Лямбирского района**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Руководитель методического объединения учителей физической культуры и ОБЖ  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Т.А.Хлебунова  Приказ №1 от «30» 08 2024 г. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по учебной работе  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Т.М.Борина  Приказ № 36-д от 29.08.2024г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор МОУ«Александровская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  С.Г.Шишканова  Приказ № 36-д от 29.08.2024 г. |

‌

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 1878895)

**учебного предмета «Физическая культура»**

для обучающихся 2 классов

​**с. Александровка** **2024**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать 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 по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

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

‌Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 272 часа: в 1 классе – 68 часов (2 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

***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.

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).

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

* становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание 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**

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия**:

* характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
* понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
* выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
* обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
* вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

**Коммуникативные универсальные учебные действия**:

* объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
* исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
* делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

**Регулятивные универсальные учебные действия**:

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

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

* демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать 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**

**2 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | | | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** | | | | | |
| **Раздел 1.** **Спортивно-оздоровительная физическая культура** | | | | | |
| 1.1 | Легкая атлетика | 31 | 2 | 29 |  |
| 1.2 | Гимнастика с основами акробатики | 15 | 2 | 13 |  |
| 1.3 | Подвижные и спортивные игры | 9 | 1 | 8 |  |
| 1.4 | Лыжная подготовка | 13 | 1 | 12 |  |
| **Итого** | | 68 |  | | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 6 | 62 |  |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ – 2 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Дата изучения** | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| 1 | Правила поведения в спортивном зале. Разучивание построения в колонну по одному. Совершенствование основной стойки, ОРУ, развития выносливости, бега на 30м, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 04.09.2024 |  |
| 2 | Закрепление построения в колонну по одному. Совершенствование основной стойки, ОРУ, развития выносливости, бега на 30м, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 06.09.2024 |  |
| 3 | Бег 30м (учет). Разучивание прыжка в длину с места. Совершенствование построения в колонну по одному, основной стойки, ОРУ, прыжков в длину с места, развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 11.09.2024 |  |
| 4 | Прыжки в длину с места (учет). Разучивание построения в шеренгу, основной стойки, бега с высоким подниманием бедра. Совершенствование ОРУ, развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 13.09.2024 |  |
| 5 | Челночный бег 3х10 м (учет). Закрепление построения в шеренгу. Совершенствование прыжков в длину с места, ОРУ, бега с высоким подниманием бедра, основной стойки, развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 18.09.2024 |  |
| 6 | Шестиминутный бег, бег с высоким подниманием бедра (учет). Совершенствование ОРУ, развития выносливости, силы..Игры. | 1 | 0 | 1 | 20.09.2024 |  |
| 7 | Наклоны вперед сидя на полу (учет). Совершенствование ОРУ, развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 25.09.2024 |  |
| 8 | Подтягивание на перекладине из виса стоя (м), из виса лежа (д) (учет). Совершенствование ОРУ, развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 27.09.2024 |  |
| 9 | Медленный бег до 1 км без учета времени (учет) . Совершенствование ОРУ, развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 1 | 0 | 02.10.2024 |  |
| 10 | Разучивание метания мяча сидя из-за головы. Совершенствование построения по установленным местам. ОРУ на месте. | 1 | 0 | 1 | 04.10.2024 |  |
| 11 | Разучивание поворотов переступанием направо, налево, метания мяча в вертикальную цель с 4-5 м. Закрепление метания мяча 1кг сидя из-за головы. | 1 | 0 | 1 | 09.10.2024 |  |
| 12 | Разучивание ловли мяча на месте. Закрепление поворотов переступанием налево, направо, метания мяча в вертикальную цель с 4-5 м. Совершенствование метания мяча 1 кг сидя из-за головы .ОРУ на месте. Игры. | 1 | 0 | 1 | 11.10.2024 |  |
| 13 | Разучивание строевых упражнений. Совершенствование ловли мяча на месте, развития выносливости, силы. Метание мяча в вертикальную цель (учет). Игры. | 1 | 0 | 1 | 16.10.2024 |  |
| 14 | Закрепление строевого упражнения на месте шагом «Марш!», «Стой!». Совершенствование ловли мяча на месте. ОРУ с гимнастическими палками. Игры. | 1 | 0 | 1 | 18.10.2024 |  |
| 15 | Совершенствование ловли мяча на месте, развития выносливости, силы, строевых упражнений. Игры | 1 | 0 | 1 | 23.10.2024 |  |
| 16 | Преодоление пяти препятствий (учет). Совершенствование строевого упражнения на месте шагом «Марш!», «Стой!» Игры. | 1 | 0 | 1 | 25.10.2024 |  |
| 17 | Совершенствование развития выносливости, силы, строевых упражнений. Игры. | 1 | 0 | 1 | 30.10.2024 |  |
| 18 | Совершенствование ОРУ с гимнастической скакалкой. Подтягивание на перекладине (учёт). Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырки вперед и назад. ОРУ в движении. Подвижная игра «Смена капитана». Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 06 .11.2023 |  |
| 19 | Совершенствование развития выносливости, силы. Игры. Учебные игры по упрощённым правилам. Строевой шаг. Повороты в движении. Кувырки вперед и назад. Подвижная игра «Бездомный заяц». ОРУ с набивным мячом. Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 10.11.2023 |  |
| 20 | Гимнастика Разучивание упражнений типа зарядки. Совершенствование строевых упражнений, лазания и перелезания. Эстафеты с перелезанием. | 1 | 0 | 1 | 13.11.2023 |  |
| 21 | Закрепление упражнений типа зарядки. Совершенствование строевых упражнений, лазания и перелезания. Эстафеты с перелезанием. | 1 | 0 | 1 | 17.11.2023 |  |
| 22 | Разучивание кувырка вперед. Совершенствование упражнений типа зарядки, строевых упражнений, Эстафеты с перелезанием. | 1 | 0 | 1 | 20.11.2023 |  |
| 23 | Закрепление кувырка вперед. Упражнения типа зарядки(учет).Совершенствование строевых упражнений. Эстафеты с перелезанием. | 1 | 0 | 1 | 24.11.2023 |  |
| 24 | Разучивание стойки на лопатках согнув ноги. Совершенствование кувырка вперед,строевых упражнений. Эстафеты с перелезанием. | 1 | 0 | 1 | 27.11.2023 |  |
| 25 | Разучивание кувырка в группировке в сторону. Закрепление стойки на лопатках согнув ноги. Совершенствование кувырка вперед,строевых упражнений. Игры. | 1 | 0 | 1 | 01.12.2023 |  |
| 26 | Кувырок вперед (учет).Закрепление кувырка в группировке в сторону. Совершенствование стойки на лопатках согнув ноги, строевых упражнений. Игры. | 1 | 0 | 1 | 04.12.2023 |  |
| 27 | Стойка на лопатках согнув ноги(учет).Закрепление переката вперед из стойки на лопатках. Совершенствование кувырка в группировке в сторону, ходьбы по рейке гимнастической скамейки,лазания по гимнастической стенке,перестроения из одной шеренги в две. Игры | 1 | 0 | 1 | 08.12.2023 |  |
| 28 | Кувырок в группировке в сторону(учет).Совершенствование из стойки на лопатках переката вперед, поворотов на носках на рейке скамейки, перестроения из одной шеренги в две. Игры. | 1 | 1 | 0 | 11.12.2023 |  |
| 29 | Из стойки на лопатках перекат вперед, преодоление пяти препятствий(учет).Совершенствование лазания по канату, лазания по скамейке в упоре присев, по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, лежа на животе и подтягиваясь, поворотов направо и налево переступанием. Игры. | 1 | 0 | 1 | 15.12.2023 |  |
| 30 | 6 мин бег(учет).Совершенствование лазания по канату, по гимнастической стенке, висов и упоров, поворотов направо и налево переступанием. Игры. | 1 | 0 | 1 | 18.12.2023 |  |
| 31 | Подтягивание на перекладине(учет). Совершенствование лазания по канату произвольным способом, лазания и перелезания по гимнастической стенке,кувырков вперед, стойки на лопатках согнув ноги, из стойки на лопатках перекат вперед, кувырка в группировке в сторону. Игры. | 1 | 0 | 1 | 22.12.2023 |  |
| 32 | Прыжки в длину с места (учет). Совершенствование лазания по канату произвольным способом, ходьбы по гимнастической скамейке, поворотов на носках на скамейке, висов и упоров, строевых упражнений. Игры | 1 | 1 | 0 | 25.01.2024 |  |
| 33 | Челночный бег 3х10 м, лазание по канату произвольным способом(учет). Строй. Игры. | 1 | 0 | 1 | 29.01.2024 |  |
| 34 | Наклоны вперед сидя на полу (учет).Игры с прыжками через препятствия. Совершенствование развития выносливости, силы. Строй. | 1 | 0 | 1 | 12.01.2024 |  |
| 35 | Лыжная подготовка Разучивание передвижения ступающим шагом. Совершенствование развития выносливости. | 1 | 0 | 1 | 15.01.2024 |  |
| 36 | Закрепление передвижения ступающим шагом. Совершенствование развития выносливости. | 1 | 0 | 1 | 19.01.2024 |  |
| 37 | Совершенствование развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 22.01.2024 |  |
| 38 | Передвижение ступающим шагом (учет). Совершенствование развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 1 | 0 | 26.01.2024 |  |
| 39 | Разучивание передвижения скользящим шагом. Совершенствование поворотов переступанием на месте, развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 29.01.2024 |  |
| 40 | Закрепление передвижения скользящим шагом. Совершенствование развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 02.02.2024 |  |
| 41 | Разучивание спуска с уклона 15-20 о Совершенствование передвижения скользящим шагом, поворотов переступанием на месте, развития выносливости, силы. | 1 | 0 | 1 | 05.02.2024 |  |
| 42 | Разучивание подъема ступающим шагом. Закрепление спуска с уклона15-20 о. Совершенствование передвижения скользящим шагом, поворотов переступанием на месте, развития выносливости, силы. | 1 | 0 | 1 | 09.02.2024 |  |
| 43 | Передвижение скользящим шагом (учет). Закрепление подъема ступающим шагом. Совершенствование спуска с уклона15-20 о , развития выносливости, силы. | 1 | 0 | 1 | 12.02.2024 |  |
| 44 | Спуск с уклона15-20 о ,сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (учет). Совершенствование подъема ступающим шагом, развития выносливости, силы. | 1 | 0 | 1 | 16.02.2024 |  |
| 45 | Подъем ступающим шагом, подтягивание на низкой перекладине (учет). Совершенствование развития выносливости, силы, передвижения скользящим шагом. Игры. | 1 | 0 | 1 | 19.02.2024 |  |
| 46 | 6 мин бег (учет). Совершенствование развития силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 26.02.2024 |  |
| 47 | Совершенствование развития выносливости, силы, передвижения скользящим шагом. Игры. | 1 | 0 | 1 | 01.03.2024 |  |
| 48 | Баскетбол Совершенствование строевых упражнений, развития выносливости, силы, техники ведения баскетбольного мяча на месте и в шаге. Игры. | 1 | 0 | 1 | 04.03.2024 |  |
| 49 | Ведение баскетбольного мяча на месте и в шаге (учет). Совершенствование строевых упражнений, развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 11.03.2024 |  |
| 50 | Легкая атлетика Разучивание прыжка в высоту с прямого разбега 3-5 шагов. Совершенствование перестроения из одной шеренги в две, ОРУ, ходьбы в приседе и полуприседе, развития выносливости, силы, метания мяча 1 кг из-за головы, сидя на полу. Игры. | 1 | 0 | 1 | 15.03.2024 |  |
| 51 | Разучивание метания мяча в цель на расстоянии 6м. Закрепление прыжка в высоту с прямого разбега 3-5 шагов. Совершенствование перестроения из одной шеренги в две, ОРУ, развития выносливости, силы, метания мяча 1 кг из-за головы, сидя на полу. Игры. | 1 | 0 | 1 | 18.03.2024 |  |
| 52 | Закрепление метания мяча в цель на расстоянии 6м. Совершенствование прыжка в высоту с прямого разбега 3-5 шагов, перестроения из одной шеренги в две, ОРУ, развития выносливости, силы, метания мяча 1 кг из-за головы, сидя на полу. Игры. | 1 | 0 | 1 | 22.03.2024 |  |
| 53 | Прыжок в высоту с прямого разбега 3-5 шагов (учет). Совершенствование перестроения из одной шеренги в две, ОРУ, метания мяча в цель на расстоянии 6м, развития выносливости, силы. Игры. | 1 | 0 | 1 | 28.03.2024 |  |
| 54 | Совершенствование развития выносливости, силы. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 12.04.2024 |  |
| 55 | Метание мяча в цель на расстоянии 6м (учет). Разучивание челночного бега 3X10 м с высокого старта. Совершенствование размыкания и смыкания в шеренге, ходьбы в приседе и полуприседе, ОРУ, развития выносливости, силы. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 15.04.2024 |  |
| 56 | Разучивание ведения мяча на месте и в шаге. Закрепление челночного бега 3X10 м с высокого старта. Совершенствование размыкания и смыкания в шеренге, ходьбы в приседе и полуприседе, ОРУ, развития выносливости, силы. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 19.04.2024 |  |
| 57 | Преодоление пяти препятствий (учет). Разучивание передачи двумя руками от груди. Закрепление ведения мяча на месте и в шаге. Совершенствование размыкания и смыкания в шеренге, ходьбы в приседе и полуприседе, ОРУ, челночного бега 3X10 м с высокого старта, развития выносливости, силы. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 22.04.2024 |  |
| 58 | Правила безопасности при беге, прыжках и метании. ОРУ. Челночный бег 3X10 м с высокого старта (учет). Закрепление передачи двумя руками от груди. Совершенствование размыкания и смыкания в шеренге, развития выносливости, силы, ведения мяча на месте и в шаге. | 1 | 0 | 1 | 26.04.2024 |  |
| 59 | Подтягивание из виса стоя (м), из виса лежа (д) (учет). ОРУ. Совершенствование развития выносливости. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 29.04.2024 |  |
| 60 | Ведение мяча на месте и в шаге (учет). Совершенствование передачи двумя руками от груди, развития выносливости, силы. ОРУ. Игры. Эстафеты. | 1 | 1 | 0 | 03.05.2024 |  |
| 61 | Передача двумя руками от груди (учет). Разучивание многоскоков с ноги на ногу (8 прыжков). ОРУ. Совершенствование развития выносливости, силы, прыжков в шаге с приземлением на обе ноги. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 06.05.2024 |  |
| 62 | Наклоны вперед сидя на полу (учет). ОРУ. Совершенствование развития выносливости, силы. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 10.05.2024 |  |
| 63 | Разучивание прыжка в длину с места. Закрепление многоскоков с ноги на ногу. ОРУ. Совершенствование развития выносливости, силы. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 13.05.2024 |  |
| 64 | Бег 30 м (учет). Разучивание метания мяча 150г. Закрепление прыжка в длину с места. Совершенствование многоскоков, развития выносливости, силы.ОРУ. Игры. Эстафеты. | 1 | 1 | 0 | 17.05.2024 |  |
| 65 | Многоскоки с ноги на ногу (учет). Закрепление метания мяча 150г. Совершенствование прыжка в длину с места, развития выносливости, силы. ОРУ. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 20.05.2024 |  |
| 66 | Шестиминутный бег (учет). Совершенствование метания мяча 150г., прыжка в длину с места, развития выносливости, силы. ОРУ. Игры. Эстафеты | 1 | 0 | 1 | 24.05.2024 |  |
| 67 | Метание мяча 150г на дальность (учет) Совершенствование развития выносливости, силы. ОРУ. Игры. Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 27.05.2024 |  |
| 68 | КДП (контроль двигательной подготовленности – бег 30м, подтягивание на высокой перекладине (м), на низкой перекладине (д), прыжки в длину с места) (учет). Игры. | 1 | 0 | 1 | 31.05.2024 |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 6 | 62 |  | |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

​‌• Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»‌​

​‌‌

​

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

​‌Физическая культура. 1-4 классы: методические рекомендации: учеб. пособ. для общеобразоват. организаций / А. П. Матвеев. — М.: Просвещение.‌​

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

​​‌https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/методичка/электронные-методические-пособия/