

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 физкультурнунтки 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, волейбол, 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.

Мегапредметные 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 закаляющими 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 физкультурминуток 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 С УКАЗАНИЕМ АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ
КАЖДОЙ ТЕМЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, УЧЕБНОГО КУРСА, УЧЕБНОГО МОДУЛЯ, ВОЗМОЖНОСТЬ
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПО ЭТОЙ ТЕМЕ ЭЛЕКТРОННЫХ (ЦИФРОВЫХ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ,
ЯВЛЯЮЩИХСЯ УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ И
ВОСПИТАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ПРЕДСТАВЛЕННЫМИ В ЭЛЕКТРОННОМ ВИДЕ
ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИКТ, СОДЕРЖАНИЕ КОТОРЫХ СООТВЕТСТВУЕТ ЗАКОНАДАТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАНИИ**

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количес тво часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
Раздел 1. Знания о физической культуре (1 час)				
1.1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Зарождение Олимпийских игр.	1	Сайт «Инфоурок» https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskojkulturne-na-temu-kak-voznikli-reevie-sorechnoupaniyaklass-po-ar-matveevu-2218354.html РЭШ. Урок № 1. https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/start/223903/ РЭШ. Урок № 2. https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/	развивать ценностные отношения к прошлому, настоящему и будущему своей малой родины, родного края, своего народа, российского государства.
Итого по разделу 1				
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности (4 часа)				
2.1.	Физическое развитие. Физические качества. Правила поведения и техника безопасности на уроках физической культуры	1	РЭШ. Урок № 6. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/	развивать владение первоначальными навыками общения с людьми разных народов, вероисповеданий.
2.2.	Сила, выносливость, как физические качества	1	РЭШ. Урок № 11. https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/ РЭШ. Урок № 15. https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/	формировать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде. ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом.

2.3.	Быстрота, гибкость, как физические качества. Развитие координации движений.	1	РЭШ. Урок № 14. https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/conspect/190_874/	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом
2.4.	Дневник наблюдений по	1	Сайт «Инфоурок»	ориентировать на физическое развитие,

	физической культуре		https://infourok.ru/dnevnik-samokontrolya-2-4klass-4397017.html	занятия физкультурой и спортом
Итого по разделу		4		

Физическое совершенствование (55 часов)

Раздел 3. Оздоровительная физическая культура (1 час)

3.1.	Закаливание организма. Утренняя зарядка. Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	1	РЭШ. Урок № 4. https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/ https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/10/06/prezentatsiya-rofizicheskoj-kulture-na-temu-utrennyaya	формировать основные навыки личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе
Итого по разделу		1		

Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура (54 часа)

4.1.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики и акробатики. Гимнастическая разминка	1	Презентации к уроку. http://www.mysheared.ru/slide/1423487/ https://korikashokov.ru/fizkultura/presentation/veznetatsiya-k-uroku-fizicheskoj-kultury-dlya-2-go-klassa-dlya-ehogo-puzhna-gaz	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом
4.2.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Строевые упражнения и команды	3	РЭШ. Урок № 25. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом

4.2.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Строевые упражнения и команды	3	РЭШ. Урок № 25. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом
------	-------------------------------------------------------------------------------------------	---	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------

4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой	2 1	РЭШ. Урок № 29. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/	Формировать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом			Развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные	1	Видеоурок. https://yandex.ru/video/preview/?text=хороводный	Формировать основные правила здорового и безопасного для себя и

	движения.		%20шар%2С%20галог%202%20класс%20презент-ашия&path=yandex_search&parent-reqid=1656252960600191-8954084316655199640via1-4260-via-17-balancer-8080-BAL-454&from_type=vast&filmId=11719983220699116611	Других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке.	2	Сайт «Инфоурок». https://infourok.ru/prezentaciya-ro-fizkulture-natemu-hodba-ro-gimnasticheskoj-skamejke-4280569.html	Формировать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.
4.7.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Лазания. Ползание. Перелазание. Простейшая полоса препятствий.	4	РЭШ. Урок № 30. Видеоуроки. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/ https://yandex.ru/video/preview/?text=преодоление%20гимнастической%20полосы%20препятствий%202%20класс%20презентация&path=yandex_search&parent-reqid=1656262143267996-6881456097863378854-via1-2050-via-17-balancer-8080-BAL-3806&from_type=vast&filmId=15954522984961545567	Развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.

4.8.	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения техника безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Ступающий шаг.	1	РЭШ. Урок № 17. https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/	формировать познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.
4.9.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	3	РЭШ. Урок № 20. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/ РЭШ. Урок № 21. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/start/191155/	развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.
4.10.	Модуль "Лыжная подготовка". Спуски и подъёмы на лыжах	2	РЭШ. Урок № 22. https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/start/226158/	формировать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.
4.11.	Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными	2	РЭШ. Урок № 23. https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/191207/	развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному
	палками и падением на бок		РЭШ. Урок № 24. https://resh.edu.ru/subject/lesson/3700/start/191296/	состоянию своему и других людей.
4.12.	Модуль "Лёгкая атлетика". Правила поведения и техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой	1		формировать познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.
4.13.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень. Метание на дальность.	2	РЭШ. Урок № 10. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/ РЭШ. Урок № 13. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/start/190818/	формировать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.
4.14.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения	1	Сайт «Инфоурок». https://infourok.ru/prezentatsiya-ro-fizicheskoukulture-na-temu-rizhki-i-rizhkovie-prazhmeniya1213402.html Презентации. https://znanio.ru/media/prezentatsiya_luockavaa atletika_mnogoskoki_2_klass-252711	формировать основные навыки личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе.

4.15.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	2		ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом.
4.16.	Модуль "Лёгкая атлетика". Челночный бег 3Х10, 4Х9	2	РЭШ. Урок № 8. https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом.
4.17.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения	1		развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.
4.18.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места. Многоскоки.	2	Презентации. https://znanio.ru/media/prezentatsiya_luogkaaya Atletika_mnogoskoki_2_klass-252711	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом.
4.19.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с разбега.	1		ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом.
4.20.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр	20	РЭШ. Урок № 33 - 51. https://resh.edu.ru/subject/9/2/	развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.
Итого по разделу		54		
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура (8 часов)				
5.1.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.	8	https://www.gto.ru/	формировать познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.
Итого по разделу		8		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№- уро- ков	Тема урока	Кол-во часов	Даты		Формирование функциональной грамотности
			план	факт	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности – 2 ч.					
1.	Физическое развитие Физические качества. Правила поведения и техника безопасности на уроках физической культуры	1	6.09. 2023		Приобретение знаний, необходимых для занятий физической культурой и спортом.
2.	Дневник наблюдений по физической культуре	1	7.09. 2023		Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации.
Физическое совершенствование.					
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
Модуль «Гимнастика с основами акробатики» - 2 ч					
3.	Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики и акробатики. Гимнастическая разминка.	1	13.09. .2023		Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности
4.	Строевые упражнения и команды.	1	14.09 .2023		Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
Модуль «Лёгкая атлетика» - 6 ч.					Технически правильно

5.	Правила поведения и техника безопасности на занятиях легкой атлетикой	1	20.09.2023	Выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Обогащение двигательного опыта
6.	Броски мяча в неподвижную мишень. Метание на дальность.	1	21.09.2023	Прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
7.	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	27.09.2023	
8.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	28.09.2023	
9.	Челночный бег 3Х10	1	4.10.2023	
10.	Прыжок в длину с места	1	5.10.2023	

Модуль "Подвижные игры" Подвижные игры – 6 ч.

11.	Подвижные игры с бегом, прыжками.	1	13	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
12.	Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	1	14.10.2023	
13.	Подвижные игры с бегом, метанием. Эстафеты.	1	20.10.2023	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников
14.	Подвижные игры на развитие координационных способностей..	1	21.10.2023	Умение уживаться с

					Другими, вступать в игровое взаимодействие. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.
15.	Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств.	1	27.10.2023		Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение уживаться с другими, вступать в игровое взаимодействие.
16.	Игровые упражнения и игры на внимание, координацию.	1	28.10.2023		
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура					
Развитие основных физических качеств средствами подвижных спортивных игр – 2 ч.					
17.	Развитие основных физических качеств средствами баскетбола.	1	8.11.2023		Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности.
18.	Развитие основных физических качеств средствами волейбола.	1			
2 четверть					
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности – 1 ч					
19.	Быстрота, гибкость, как физические качества. Развитие координации движений	1	9.11.2023		Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности
Физическое совершенствование.					
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура – 1 ч.					
20.	Закрепление материала Утренняя зарядка.	1	15.11.2023		Владение знаниями о правилах регулирования физической нагрузки в условиях проведения утренней зарядки, регулярных занятий спортом.
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура Модуль "Гимнастика с основами акробатики" – 6 ч.					
21.	Строевые упражнения и команды.	1	16.11.2023		Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их

22.	Танцевальные движения	1	22.11.2023		в игровой и соревновательной деятельности. Обогащение двигательного опыта
23.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	23.11.2023		
24.	Передвижения по гимнастической скамейке	1	29.11.2023		
25.	Лазания. Ползание. Перелазание.	1	30.11.2023		
26.	Лазания. Ползание. Перелазание	1	6.12.2023		прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности.
Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр – 4 ч.					
27.	Подвижные игры с элементами игры волейбола	1	7.12.2023		Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности. Умение уживаться с другими, вступать в игровое взаимодействие
28.	Подвижные игры с элементами игры волейбола	1	13.12.2023		
29.	Подвижные игры с элементами игры баскетбола	1	14.12.2023		
30.	Подвижная игра «Перестрелка»	1	20.12.2023		
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО – 2 ч.					
31.	Метание малого мяча. Подготовка комплекса ГТО Комбинированный	1	21.12.2023		Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности
32.	Челночный бег 3Х10. Подготовка комплекса ГТО	1	27.12.2023		Владение устным и письменным общением. Владение разными видами информации. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации.
3 четверть					
Раздел 1. Знания о физической культуре – 1 ч.					
33.	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Зарождение Олимпийских игр	1	28.12.2023		

Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура

Модуль "Гимнастика с основами акробатики" – 3 ч.				
34.	Упражнения с гимнастическим мячом	1	10.01.2024	Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
35.	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	11.01.2024	
36.	Простейшая полоса препятствий.	1	17.01.2024	
Модуль «Лыжная подготовка» - 8 ч.				
37.	Правила поведения и техника безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Ступающий шаг.	1	18.01.2024	Владение разными видами информации. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации.
38.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	24.01.2024	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности
39.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	25.01.2024	
40.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	31.01.2024	
41.	Спуски и подъёмы на лыжах	1	1.02.2024	
42.	Спуски и подъёмы на лыжах	1	7.02.2024	
43.	Торможение лыжными палками	1	8.02.2024	
44.	Торможение падением на бок	1	14.02.2024	
Модуль "Подвижные и спортивные игры".				
Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр – 4 ч.				
45.	Подвижные игры на точность движений с приёмами лыжной подготовки	1	15.02.2024	Умение уживаться с другими, выступать в игровое взаимодействие.
46.	Подвижные игры на точность движений с приёмами баскетбола	1	21.02.2024	Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
47.	Подвижные игры на точность движений с приёмами волейбола	1	22.02.2024	
48.	Подвижные игры на точность движений с приёмами футбола	1	28.02.2024	

Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО – 2 часа				Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями,
49.	Бег на лыжах 1 км. Подготовка комплекса ГТО	1	29.02.2024	

Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности – 1 ч.				4 четверть	
50.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье. Подготовка комплекса ГТО	1	6.03.2024		ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
51.	Сила, выносливость, как физические качества		7.03.2024		Владение разными видами информации. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации.

Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура Модуль «Гимнастика с основами акробатики» - 3 ч.					
52.	Строевые упражнения и команды	1	13.03.2024		Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями,
53.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	14.03.2024		ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
54.	Простейшая полоса препятствий	1	20.03.2024		
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура Модуль «Лёгкая атлетика» - 6 ч.					
55.	Броски мяча в неподвижную мишень. Метание на дальность.	1	21.03.2024		Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Обогащение двигательного опыта
56.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	3.04.2024		прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности.
57.	Сложно координированные беговые упражнения	1	4.04.2024		
58.	Челночный бег 4х9.	1	10.04.2024		
59.	Многооскоки.	1	11.04.2024		
60.	Прыжок в длину с разбега.	1	17.04.2024		

Модуль "Подвижные и спортивные игры". 6 ч

61.	Подвижные игры: «Футбол через скамейку», «Футбол лежа», Катя мяч», «Попади мячом».	1	18.04.2024		Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр – 6 ч. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
62.	Подвижные игры: «Десять передач», «Обгони мяч».	1	24.04.2024		
63.	Упражнения «Школа мяча» с теннисным мячом.	1	25.04.2024		
64.	Игры «Футбольный городок», «Попади в ворота», «Убойный футбол»	1	2.05.2024		
			8.05.2024		
65.	Подвижные игры с волейбольным мячом «Выше от земли», «Передай вверх».	1	15.05.2024		
66.	Подвижные игры «Прыжки по кочкам», «Волки и зайцы», «Кто дальше».	1	16.05.2024		<p>Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО – 2 ч.</p> <p>Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности.</p> <p>Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности</p>
67.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/подтягивание из виса лежа на низкой перекладине. Подготовка комплекса ГТО.	1	22.05.2024		
68.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине. Подготовка комплекса ГТО.	1	23.05.2024		