

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Горьковская средняя общеобразовательная школа  
Тюменского муниципального района

Рассмотрено на заседании ШМО  
учителей начальных классов,  
протокол от «29» августа 2023 г. №1  
Руководитель ШМО: Куят М.А.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
от «01» сентября 2023 г.  
Осина Л. А. /Осина Л. А./



Иванченко О.В./

Рабочая программа

Предмет	Физическая культура
Учебный год	2023-2024
Класс	2
Количество часов в год	68
Количество часов в неделю	2

Учитель: Комарова А.Я., Колмакова А.А., Пустуева Т.С..

## 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, 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.

### **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 физкультурминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- коммуникативные УУД:*
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения;
  - 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 ПОЛЬЗОВАТЕЛИХ ПРЕДСТАВЛЕННЫМИ В ЭЛЕКТРОНОМ ВИДЕ  
ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИКТ, СОДЕРЖАНИЕ КОТОРЫХ СООТВЕТСТВУЕТ ЗАКОНАДАТЕЛЬСТВУ В ОБРАЗОВАНИЯ**

**2 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре (1 час)</b>				
1.1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Зарождение Олимпийских игр.	1	Сайт «Инфоурок» <a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoykulturne-na-temu-kak-voznikli-pervie-sorevnovaniyaklass-po-ap-matveevu-2218354.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoykulturne-na-temu-kak-voznikli-pervie-sorevnovaniyaklass-po-ap-matveevu-2218354.html</a> РЭШ. Урок № 1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/start/223903/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/start/223903/</a> РЭШ. Урок № 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/</a>	развивать ценностные отношения к прошлому, настоящему и будущему своей малой родины, родного края, своего народа, российского государства.
<b>Итого по разделу</b>		<b>1</b>		
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности (4 часа)</b>				
2.1.	Физическое развитие. Физические качества. Правила поведения и техника безопасности на уроках физической культуры	1	РЭШ. Урок № 6. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/</a>	развивать владение первоначальными навыками общения с людьми разных народов, вероисповеданий.
2.2.	Сила, выносливость, как физические качества	1	РЭШ. Урок № 11. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/</a> РЭШ. Урок № 15. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/</a>	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. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/conspect/190_874/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/conspect/190_874/</a>	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом
2.4.	Дневник наблюдений по	1	Сайт «Инфоурок»	ориентировать на физическое развитие,

	физической культуре		<a href="https://infourok.ru/dnevnik-samokontrolya-2-4klass-4397017.html">https://infourok.ru/dnevnik-samokontrolya-2-4klass-4397017.html</a>	занятия физкультурой и спортом
<b>Итого по разделу</b>		<b>4</b>		

### 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. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/</a>  <a href="https://nsportal.ru/nachalnayashkola/fizkultura/2016/10/06/prezentatsiya-pofizicheskoy-kulture-na-temu-utrennyaya">https://nsportal.ru/nachalnayashkola/fizkultura/2016/10/06/prezentatsiya-pofizicheskoy-kulture-na-temu-utrennyaya</a>	формировать основные навыки личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе
<b>Итого по разделу</b>		<b>1</b>		

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

4.1.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики"</i> . <b>Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики и акробатики.</b> <b>Гимнастическая разминка</b>	1  3	Презентации к уроку. <a href="http://www.myshared.ru/slide/1423487/">http://www.myshared.ru/slide/1423487/</a>  <a href="https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/prezentatsiia_k_uroku_fizicheskoi_kultury_dlia_2_go_klas_sa_dlia_chego_nuzhna_raz">https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/prezentatsiia_k_uroku_fizicheskoi_kultury_dlia_2_go_klas_sa_dlia_chego_nuzhna_raz</a>	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом
4.2.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики"</i> . <b>Строевые упражнения и команды</b>		РЭШ. Урок № 25. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/</a>	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом

4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". <b>Упражнения с гимнастической скакалкой</b>	2  1	РЭШ. Урок № 29. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/</a>	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". <b>Упражнения с гимнастическим мячом</b>			развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". <b>Танцевальные</b>	1	Видеоурок. <a href="https://yandex.ru/video/preview/?text=хороводный">https://yandex.ru/video/preview/?text=хороводный</a>	формировать основные правила здорового и безопасного для себя и

	<b>движения.</b>		<a href="https://yandex.ru/video/preview/?text=%20шар%20галоп%20%20класс%20презентация&amp;path=yandex_search&amp;parent-reqid=1656252960600191-8954084316655199640vla1-4260-vla-17-balancer-8080-BAL-454&amp;from_type=vast&amp;filmId=11719983220699116_611">%20шар%20галоп%20%20класс%20презентация&amp;path=yandex_search&amp;parent-reqid=1656252960600191-8954084316655199640vla1-4260-vla-17-balancer-8080-BAL-454&amp;from_type=vast&amp;filmId=11719983220699116_611</a>	других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". <b>Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке.</b>	2	Сайт «Инфоурок». <a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-natemuhodba-po-gimnasticheskoy-skamejke-4280569.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-natemuhodba-po-gimnasticheskoy-skamejke-4280569.html</a>	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". <b>Лазания. Ползание. Перелазание. Простейшая полоса препятствий.</b>	4	РЭШ. Урок № 30. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/</a> Видеоуроки. <a href="https://yandex.ru/video/preview/?text=%20гимнастической%20полосы%20препятствий%20%20класс%20презентация&amp;path=yandex_search&amp;parent-reqid=1656262143267996-6881456097863378854-vla1-2050-vla-17-balancer-8080-BAL-3806&amp;from_type=vast&amp;filmId=1595452298496154_5567">https://yandex.ru/video/preview/?text=%20гимнастической%20полосы%20препятствий%20%20класс%20презентация&amp;path=yandex_search&amp;parent-reqid=1656262143267996-6881456097863378854-vla1-2050-vla-17-balancer-8080-BAL-3806&amp;from_type=vast&amp;filmId=1595452298496154_5567</a>	развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.

4.8.	Модуль "Лыжная подготовка". <b>Правила поведения техника безопасности на занятиях лыжной подготовкой.</b> <b>Ступающий шаг.</b>	1	РЭШ. Урок № 17. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/</a>	формировать познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.
4.9.	Модуль "Лыжная подготовка". <b>Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом</b>	3	РЭШ. Урок № 20. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a> РЭШ. Урок № 21. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/start/191155/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/start/191155/</a>	развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.
4.10.	Модуль "Лыжная подготовка". <b>Спуски и подъёмы на лыжах</b>	2	РЭШ. Урок № 22. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/start/226158/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/start/226158/</a>	формировать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.
4.11.	Модуль "Лыжная подготовка". <b>Торможение лыжными</b>	2	РЭШ. Урок № 23. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/191207/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/191207/</a>	развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному

	<b>палками и падением на бок</b>		РЭШ. Урок № 24. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3700/start/191296/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3700/start/191296/</a>	состоянию своему и других людей.
4.12.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Правила поведения и техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой</b>	1		формировать познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.
4.13.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Броски мяча в неподвижную мишень.</b> <b>Метание на дальность.</b>	2	РЭШ. Урок № 10. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/</a> РЭШ. Урок № 13. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/start/190818/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/start/190818/</a>	формировать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.
4.14.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Сложно координированные прыжковые упражнения</b>	1	Сайт «Инфоурок». <a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoykulture-na-temu-prizhki-i-prizhkovie-uprazhneniya1213402.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoykulture-na-temu-prizhki-i-prizhkovie-uprazhneniya1213402.html</a>  Презентации. <a href="https://znanio.ru/media/prezentatsiya_lyogkaya_atletika_mnogoskoki_2_klass-252711">https://znanio.ru/media/prezentatsiya_lyogkaya_atletika_mnogoskoki_2_klass-252711</a>	формировать основные навыки личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе.

4.15.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Прыжок в высоту с прямого разбега</b>	2		ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом.
4.16.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Челночный бег 3X10, 4X9</b>	2	РЭШ. Урок № 8. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/</a>	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом.
4.17.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Сложно координированные беговые упражнения</b>	1		развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.
4.18.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Прыжок в длину с места. Многоскоки.</b>	2	Презентации. <a href="https://znanio.ru/media/prezentatsiya_lyogkaya_atletika_mnogoskoki_2_klass-252711">https://znanio.ru/media/prezentatsiya_lyogkaya_atletika_mnogoskoki_2_klass-252711</a> <a href="https://znanio.ru/media/prezentatsiya_lyogkaya_atletika_mnogoskoki_2_klass-252711">https://znanio.ru/media/prezentatsiya_lyogkaya_atletika_mnogoskoki_2_klass-252711</a>	ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом.
4.19.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Прыжок в длину с разбега.</b>	1		ориентировать на физическое развитие, занятия физкультурой и спортом.
4.20.	Модуль "Подвижные игры". <b>Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр</b>	20	РЭШ. Урок № 33 - 51. <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>	развивать ценностные отношения к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей.
<b>Итого по разделу</b>		<b>54</b>		
<b>Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура (8 часов)</b>				
5.1.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.	8	<a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	формировать познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.
<b>Итого по разделу</b>		<b>8</b>		
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>		

## КАЛЕНДАРНО ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

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

5.	Правила поведения и техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой	1	20.09.		выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
6.	Броски мяча в неподвижную мишень. Метание на дальность.	1	21.09.		
7.	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	27.09.		
8.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	28.09.		
9.	Челночный бег 3X10	1	4.10.		
10.	Прыжок в длину с места	1	5.10.		
<b>Модуль "Подвижные игры" Подвижные игры – 6 ч.</b>					Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
11.	Подвижные игры с бегом, прыжками.	1	11.10		
12.	Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	1	12.10		
13.	Подвижные игры с бегом, метанием. Эстафеты.	1	18.10		
14.	Подвижные игры на развитие координационных способностей..	1	19.10		Умение уживаться с

					другими, вступать в игровое взаимодействие. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.
15.	Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств.	1	25.10		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	26.10		
<b>Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности.
<b>Развитие основных физических качеств средствами подвижных спортивных игр – 2 ч.</b>					
17.	Развитие основных физических качеств средствами баскетбола.	1	8.11.		
18.	Развитие основных физических качеств средствами волейбола.	1			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности – 1 ч</b>					Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности
19.	Быстрота, гибкость, как физические качества. Развитие координации движений	1	9.11.		
<b>Физическое совершенствование.</b>					Владение знаниями о правилах регулирования физической нагрузки в условиях проведения утренней зарядки, регулярных занятий спортом.
<b>Раздел 3. Оздоровительная физическая культура – 1 ч.</b>					
20.	Закаливание организма Утренняя зарядка.	1	15.11.		
<b>Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура Модуль "Гимнастика с основами акробатики" – 6 ч.</b>					Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их
21.	Строевые упражнения и команды.	1	16.11.		

22.	Танцевальные движения	1	22.11.		в игровой и соревновательной деятельности. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности.
23.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	23.11.		
24.	Передвижения по гимнастической скамейке	1	29.11.		
25.	Лазания. Ползание. Перелазание.	1	30.11.		
26.	Лазания. Ползание. Перелазание	1	6.12.		
<b>Модуль "Подвижные игры".</b> Подвижные игры с элементами спортивных игр – 4 ч.					Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности. Умение уживаться с другими, вступать в игровое взаимодействие
27.	Подвижные игры с элементами игры волейбола	1	7.12.		
28.	Подвижные игры с элементами игры волейбола	1	13.12.		
29.	Подвижные игры с элементами игры баскетбола	1	14.12.		
30.	Подвижная игра «Перестрелка»	1	20.12.		
<b>Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура</b> Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО – 2 ч.					Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности
31.	Метание малого мяча. Подготовка комплекса ГТО Комбинированный	1	21.12.		
32.	Челночный бег 3Х10. Подготовка комплекса ГТО	1	27.12.		
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре – 1 ч.</b>					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.
33.	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Зарождение Олимпийских игр	1	28.12.		

**Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура**

<b>Модуль "Гимнастика с основами акробатики" – 3 ч.</b>					
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		
<b>Модуль «Лыжная подготовка» - 8 ч.</b>					Владение разными видами информации. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации.  Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности
37.	Правила поведения и техника безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Ступающий шаг.	1	18.01.2024		
38.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	24.01.2024		
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		
<b>Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр – 4 ч.</b>					Умение уживаться с другими, вступать в игровое взаимодействие.  Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
45.	Подвижные игры на точность движений с приёмами лыжной подготовки	1	15.02.2024		
46.	Подвижные игры на точность движений с приёмами баскетбола	1	21.02.2024		
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		

<b>Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура</b> 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		
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
<b>4 четверть</b>					Владение разными видами информации. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации.
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности – 1 ч.</b>					
51.	Сила, выносливость, как физические качества		7.03.2024		
<b>Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура Модуль «Гимнастика с основами акробатики» - 3 ч.</b>					Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности
52.	Строевые упражнения и команды	1	13.03.2024		
53.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	14.03.2024		
54.	Простейшая полоса препятствий	1	20.03.2024		
<b>Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура Модуль «Лёгкая атлетика» - 6 ч.</b>					Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности.
55.	Броски мяча в неподвижную мишень. Метание на дальность.	1	21.03.2024		
56.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	3.04.2024		
57.	Сложно координированные беговые упражнения	1	4.04.2024		
58.	Челночный бег 4х9.	1	10.04.2024		
59.	Многоскоки.	1	11.04.2024		
60.	Прыжок в длину с разбега.	1	17.04.2024		
<b>Модуль "Подвижные и спортивные игры". 6 ч</b>					

61.	Подвижные игры: «Футбол через скамейку», «Футбол лежа», Кати 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 поверху».	1	15.05.2024		
66.	Подвижные игры «Прыжки по кочкам», «Волки и зайцы», «Кто дальше».	1	16.05.2024		
<b>Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО – 2 ч.</b>					Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности. Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности
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		