РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «Физическая культура**»**
уровень начальное общее образование
2 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

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

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности. Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения 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 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.

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.

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 и кроссовая 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. Развитие общей выносливости.

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 ложно-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).

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, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой; в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом; спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работ				
Раздел 1. **Знания о физической культуре**						**В процессе урока**		
Раздел 2. **Спортивно-оздоровительная физическая культура**								
2.1	*Модуль "Легкая атлетика»*	18	0	18		Разучивают и закрепляют технику легкой атлетики	Практическая работа	Учебник по физической культуре 1-4 класс Лях В.И.
2.2	*Модуль "Баскетбол»*	12	0	12		Разучивают и закрепляют технику баскетбола	Практическая работа	Учебник по физической культуре 1-4 класс
2.3	*Модуль "Гимнастика с элементами акробатики»*	16	0	16		Разучивают и закрепляют технику гимнастики	Практическая работа	Учебник по физической культуре 1-4 класс
2.4	*Модуль "Волейбол»*	12	0	12		Разучивают и закрепляют технику волейбола	Практическая работа	Учебник по физической культуре 1-4 класс
2.5	*Модуль "Лыжная и кроссовая подготовка»*	10	0	10		Разучивают и закрепляют технику лыжной о кроссовой подготовки	Практическая работа	Учебник по физической культуре 1-4 класс Лях В.И.
Итого по разделу		68						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Легкая атлетика.1-минутный бег, строевые упражнения, высокий старт, техника равномерного бега, эстафеты. Инструктаж по ТБ. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
2.	Легкая атлетика ТБ,1-минутный бег, строевые упражнения, высокий старт, техника равномерного бега, челночный бег 3х10, эстафеты. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
3.	Легкая атлетика ТБ,2-минутный бег, строевые упражнения, челночный бег 3х10 - учет, бег 30 метров, бег 60 метров, метание мяча с места из положения стоя, эстафеты. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
4.	Легкая атлетика ТБ,2-минутный бег, строевые упражнения, метание мяча с места из положения стоя, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ,В контакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
5.	Легкая атлетика ТБ,3-минутный бег, строевые упражнения, прыжок в длину с места, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

6.	Легкая атлетика ТБ,3-минутный бег, строевые упражнения, прыжок в длину с места - учет, прыжки на заданную длину по ориентирам, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
7.	Легкая атлетика ТБ,4-минутный бег, строевые упражнения, прыжки на заданную длину по ориентирам, многоскоки, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
8.	Легкая атлетика ТБ,4-минутный бег, строевые упражнения, многоскоки - учет, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
9.	Баскетбол. ТБ, передвижения, остановка прыжком, передача мяча над собой, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
10.	Баскетбол.ТБ, передвижения, остановка прыжком, передача мяча над собой, передача от груди, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
11.	Баскетбол. ТБ, передача мяча от груди - учет, с отскоком об пол, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

12.	Баскетбол. ТБ, передача мяча с отскоком об пол, ведение мяча на месте правой и левой рукой, эстафеты. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
13.	Баскетбол. ТБ, ведение мяча на месте и вокруг себя, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
14.	Баскетбол. ТБ, передача мяча, ведение мяча на месте - учет, ведение мяча вокруг себя, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
15.	Баскетбол. ТБ, передача мяча, ведение мяча вокруг себя, ведение мяча по прямой, эстафеты. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
16.	Баскетбол. ТБ, передача мяча, ведение мяча вокруг себя, ведение мяча по прямой, эстафеты. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
17.	Баскетбол. ТБ, передача мяча, ведение мяча вокруг себя, ведение мяча по прямой - учет, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
18.	Баскетбол. ТБ, передача мяча, упражнения на ведение мяча, комбинация: ловля мяча, ведение на месте, ведение вокруг себя, ведение по прямой, передача мяча, эстафеты с мячом. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

19.	Баскетбол ТБ, передача мяча, упражнения на ведение мяча, комбинация: ловля мяча, ведение на месте, ведение вокруг себя, ведение по прямой, передача мяча, эстафеты с мячом. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
20.	Баскетбол. ТБ, повторение ранее изученного материала, подвижные игры. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
21.	Гимнастика. ТБ, прыжки на скакалке, лазание по канату, эстафеты с перелезанием. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте, WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
22.	Гимнастика. ТБ, кувырок в сторону, перекатом назад стойка на лопатках, лазание по канату, эстафеты с перелезанием. Обучение ДОТ с использованием РЭШ, Вконтакте, WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
23.	Гимнастика. ТБ,кувырок вперед, перекатом назад стойка на лопатках, из стойки на лопатках перекат вперед, эстафеты с набивными мячами.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
24.	Гимнастика. ТБ,кувырок вперед, перекатом назад стойка на лопатках - учет, из стойки на лопатках перекат вперед, эстафеты с набивными мячами.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

25.	Гимнастика. ТБ,кувырок вперед, из стойки на лопатках перекат вперед - учет, эстафеты с элементами акробатики.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
26.	Гимнастика. ТБ,кувырок вперед - учет, гимнастический комплекс из изученных упражнений, лазание по канату, эстафеты с элементами акробатики.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
27.	Гимнастика. ТБ,гимнастический комплекс, лазание по канату, эстафеты с элементами акробатики.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
28.	Гимнастика. ТБ,гимнастический комплекс - учет, лазание по канату, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
29.	Гимнастика. ТБ,ходьба по рейке гимнастической скамейки, вис стоя, лазание по канату, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
30.	Гимнастика. ТБ,повороты на носках на рейке скамейки - учет, вис стоя, вис лежа, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
31.	Гимнастика. ТБ,вис стоя, вис лежа, лазание по гимнастической стенке, эстафеты с предметами.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

32.	Гимнастика. ТБ,вис согнувшись и вис прогнувшись – учет, эстафеты с элементами гимнастики.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
33.	Гимнастика. ТБ,лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, лазание по канату, отжимания – учет, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
34.	Гимнастика. ТБ,лазание по канату - учет, лазание по наклонной скамейке лежа на животе, эстафеты с прыжками через препятствия.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
35.	Гимнастика. ТБ,лазание по гимнастической стенке, перелезание через препятствия, Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин) - учет, эстафеты с прыжками через препятствия.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
36.	Гимнастика. ТБ,подтягивания, гимнастическая полоса препятствий, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

37.	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки, построение с лыжами в руках в одну шеренгу, укладка лыж на снег, надевание креплений, передвижения ступающим шагом.Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
38.	Лыжная и кроссовая подготовка ТБ,построение с лыжами в руках в одну шеренгу, укладка лыж на снег, надевание креплений, передвижения ступающим шагом.Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
39.	Лыжная и кроссовая подготовка ТБ,повороты переступание на месте, передвижение скользящим шагом, прохождение дистанции до1000 метров, круговая эстафета этапом до 100 метров.Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
40.	Лыжная и кроссовая подготовка ТБ,повороты переступание на месте, передвижение скользящим шагом, спуск с уклона 10-15 градусов, прохождение дистанции до1000 метров, круговая эстафета этапом до 100 метров.Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

41.	Лыжная и кроссовая подготовка ТБ,передвижение скользящим шагом - учет, спуск с уклона 10-15 градусов, подъем ступающим шагом, прохождение дистанции до 1000 метров, "смелее с горки".Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
42.	Лыжная и кроссовая подготовка ТБ,передвижения скользящим шагом, спуск с уклона 10-15 градусов, подъем ступающим шагом, прохождение дистанции до 1000 метров, "смелее с горки."Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием	1	0	1		Практическая работа
43.	Лыжная и кроссовая подготовка ТБ,передвижения скользящим шагом, спуск с уклона 10-15 градусов - учет, подъем ступающим шагом, прохождение дистанции до 1000 метров, "смелее с горки".Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
44.	Лыжная и кроссовая подготовка ТБ,передвижения скользящим шагом, подъем скользящим шагом- учет, прохождение дистанции до 1000 метров, "самый быстрый".Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

45.	Лыжная и кроссовая подготовка ТБ,передвижения скользящим шагом, прохождение дистанции до 1000 метров, "самый быстрый".Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
46.	Лыжная и кроссовая подготовка ТБ,передвижения скользящим шагом, прохождение дистанции до 1000 метров, "самый быстрый".Кроссовая подготовка.Общефизическая подготовка.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
47.	Волейбол. ТБ,стойка волейболиста, перемещение в стойке, положение рук при передаче мяча сверху, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
48.	Волейбол. ТБ,стойка волейболиста, перемещение в стойке, положение рук при передаче мяча сверху, снизу, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
49.	Волейбол. ТБ,стойка волейболиста, перемещение в стойке, положение рук при передаче мяча сверху - учет, снизу, передача мяча сверху, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
50.	Волейбол. ТБ,положение рук при передаче мяча сверху, снизу - учет, передача мяча сверху, снизу, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

51.	Волейбол. ТБ,передача мяча сверху - учет, снизу, имитация прямой нижней подачи, подвижные игры с мячом.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
52.	Волейбол. ТБ,передача мяча снизу - учет, имитация прямой нижней подачи, прямая нижняя подача, подвижные игры с мячом.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
53.	Волейбол. ТБ,передача мяча сверху, снизу, имитация прямой нижней подачи, прямая нижняя подача, передачи мяча в парах, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием	1	0	1		Практическая работа
54.	Волейбол. ТБ,передача мяча сверху, снизу в стену, имитация прямой нижней подачи, прямая нижняя подача, передачи мяча в парах, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
55.	Волейбол. ТБ,передачи мяча в парах, прямая нижняя подача, имитация прямой верхней подачи, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
56.	Волейбол. ТБ,прямая нижняя подача - учет, передачи мяча в парах, имитация прямой верхней подачи, верхняя подача, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием	1	0	1		Практическая работа

57.	Волейбол. ТБ,передачи мяча в парах, имитация прямой верхней подачи, верхняя подача, эстафеты с мячом.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
58.	Волейбол. ТБ,передачи мяча в парах, имитация прямой верхней подачи, верхняя подача, эстафеты с мячом.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
59.	Техника безопасности на занятиях л/а, 1-минутный бег, прыжки в высоту через резинку с прямого разбега, эстафеты.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
60.	Легкая атлетика.ТБ,1-минутный бег, прыжки в высоту способом перешагивание, высокий старт, эстафеты.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
61.	Легкая атлетика. ТБ,2-минутный бег, прыжки в высоту способом перешагивание - учет, высокий старт, техника передачи эстафетной палочки снизу, челночный бег 3х10, эстафеты.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
62.	Легкая атлетика. ТБ,2-минутный бег, техника передачи эстафетной палочки снизу, челночный бег 3х10 - учет, прыжок в длину с места, "перестрелка".Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа

63.	Легкая атлетика. ТБ,3-минутный бег, техника прыжка в длину с разбега, эстафеты.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
64.	Легкая атлетика. ТБ,4-минутный бег, метание мяча с места, прыжок в длину с разбега. Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
65.	Легкая атлетика. ТБ,5-минутный бег, метание мяча с места, бег 30 метров, эстафеты.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
66.	Легкая атлетика. ТБ,6-минутный бег, метание мяча с места, эстафеты. Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
67.	Легкая атлетика. ТБ,Бег 1000 метров без учета времени – учет, подвижные игры.Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
68.	Легкая атлетика. Т.Б.Прохождение легкоатлетической полосы препятствий. Обучение ДОТ с использованием РЭШ,Вконтакте,WhatsApp	1	0	1		Практическая работа
Общее количество часов по программе		68	0	68		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; https://resh.edu.ru/

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Лях В.И. «Комплексная программа физического воспитания учащихся: 1-11 классы: Просвещение,2012
2. Каинов А.Н. «Методические рекомендации планирования прохождения материала по предмету «Физическая культура»: Волгоград. ВГАФК, 2011
3. Погадаев Г.И. «Настольная книга учителя физической культуры»: справочное методическое пособие, ООО «Издательство АСТ»,2003
4. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки выпускников начальной школы по физической культуре» М: «Дрофа» 2001
5. Пояснительная записка к федеральному базисному учебному плану и примерный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ, 2006
6. Лях В.И, Мейксон Г.Б. «Физическое воспитание учащихся 1-4 классов» М: «Просвещение», 2001

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

https://infourok.ru/
https://nsportal.ru/
https://resh.edu.ru/
https://rosuchebnik.ru

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

1. Стенка гимнастическая
2. Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
3. Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные и волейбольные мячи.
4. Палка гимнастическая
5. Скакалки
6. Мат гимнастический
7. Кегли, кубики, стойки
8. Обручи
9. Рулетка измерительная
10. Теннисные мячи
11. Секундомер
12. Конусы
13. Манишки
14. Номера
15. Палочки для эстафетного бега
16. Клюшки
17. Гантели

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

1. Перекладины
2. Лыжи
3. Брусья
4. Баскетбольные кольца
5. Бревно
6. Мостик
7. Канат
8. Ворота.