**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа с. Леляевка**

**Новобурасского района Саратовской области имени полного**

**кавалера Ордена Славы Кликушина Александра Павловича»**



# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯЗАПИСКА

Пояснительная записка написана на основе авторской программы В.И.Лях – 8 –е издание, Просвещение.2020 год (Школа России) физическая культура 1-4класс с учетом федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования , утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373 ( далее – ФГОС НОО)

 В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная активность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детеймладшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической исоциальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма,развитиюпамяти,вниманияимышления,предметноориентируетсянаактивноевовлечениемладшихшкольников всамостоятельныезанятияфизическойкультурой испортом.

Цельюобразованияпофизическойкультуревначальнойшколеявляетсяформированиеуучащихсяоснов здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразныхформ занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентациейучебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний испособов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физическихупражненийоздоровительной, спортивнойиприкладно-ориентированнойнаправленности.

Развивающаяориентацияучебногопредмета«Физическаякультура»заключаетсявформированииумладших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развитияфизическихкачествиобученияфизическимупражнениямразнойфункциональнойнаправленности.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся вздоровыйобразжизнизасчётовладенияимизнаниямииумениями поорганизациисамостоятельныхзанятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведенияфизкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическимразвитиемифизическойподготовленностью.

Воспитывающеезначениеучебногопредметараскрываетсявприобщенииобучающихсякисториии традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярнымзанятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой вукреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихсяактивно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия сосверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместнойколлективнойдеятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре дляначального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостногоразвития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательнойдеятельности,представляющейсобойосновусодержанияучебногопредмета«Физическаякультура».Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальнойприроды обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение всоответствующихдидактическихлинияхучебногопредмета.

Вцеляхусилениямотивационнойсоставляющейучебного предметаиподготовкишкольниковквыполнениюкомплексаГТОвструктурупрограммы

вводится образовательный модуль «Прикладно ориентированная физическая культура». Данныймодуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии вспортивныхсоревнованиях, развитиинациональныхформсоревновательнойдеятельностиисистемфизическоговоспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечиваетсяПримернымипрограммамиповидамспорта,которыерекомендуютсяМинистерствомпросвещенияРФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациямиисходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимойматериально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерныхпрограмм, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могутразрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения,основывающиесянаэтнокультурных,историческихисовременныхтрадицияхрегионаишколы.

Планируемыерезультатывключаютвсебяличностные,метапредметныеипредметныерезультаты.Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты—за каждый год обучения.

Результативностьосвоенияучебногопредметаучащимисядостигаетсяпосредствомсовременныхнаучно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативныхтехнологийипередовогопедагогическогоопыта.

# Местоучебногопредмета«Физическаякультура»вучебномплане

Во2классенаизучениепредмета отводится3часавнеделю,суммарно 102часа.

# СОДЕРЖАНИЕУЧЕБНОГОПРЕДМЕТА

***Знания о физической культуре.*** Из истории возникновения физических упражнений и первыхсоревнований.ЗарождениеОлимпийскихигрдревности.

***Способы самостоятельной деятельности****.* Физическое развитие и его измерение. Физическиекачества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения.Составлениедневника наблюденийпофизическойкультуре.

***Физическое совершенствование.*** *Оздоровительная физическая культура*. Закаливание организмаобтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашнихусловиях.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура*. Гимнастика с основами акробатики. Правилаповеденияназанятияхгимнастикойи акробатикой.Строевыекомандывпостроениииперестроениив одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении.Передвижениевколоннепоодномус равномернойиизменяющейсяскоростью движения.

Упражненияразминкипередвыполнениемгимнастическихупражнений.Прыжкисо скакалкойнадвух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом:подбрасывание,перекатыинаклонысмячомвруках.Танцевальныйхороводныйшаг,танецгалоп.

Лыжнаяподготовка.Правилаповеденияназанятияхлыжнойподготовкой.Упражненияналыжах:передвижение двухшажным попеременным ходом; спуск с небольшого склона в основной стойке;торможениелыжнымипалкамина учебнойтрассе ипадениемнабокво времяспуска.

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча внеподвижнуюмишеньразнымиспособамиизположениястоя,сидяилёжа.Разнообразныесложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разныхнаправлениях,сразнойамплитудой итраекториейполёта.Прыжокввысотуспрямого разбега.

Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговыесложно-координационныеупражнения:ускоренияизразныхисходныхположений;змейкой;покругу;обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

Подвижныеигры.Подвижныеигрыстехническимиприёмамиспортивныхигр(баскетбол,футбол).

*Прикладно-ориентированнаяфизическаякультура*.ПодготовкаксоревнованиямпокомплексуГТО.Развитиеосновныхфизическихкачествсредствамиподвижныхиспортивныхигр.

# ПЛАНИРУЕМЫЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕРЕЗУЛЬТАТЫ

**Личностныерезультаты**

Личностныерезультатыосвоенияучебногопредмета«Физическаякультура»науровненачальногообщего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации всоответствиистрадиционнымироссийскимисоциокультурнымиидуховно-нравственнымиценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессамсамопознания,самовоспитанияисаморазвития,формированиявнутреннейпозицииличности.

Личностныерезультатыдолжныотражатьготовностьобучающихсяруководствоватьсяценностямииприобретениепервоначальногоопытадеятельностинаихоснове:

* становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народовРоссии,осознаниееёсвязи струдовойдеятельностьюиукреплениемздоровьячеловека;
* формированиенравственно-этическихнормповеденияиправилмежличностногообщениявовремяподвижныхигриспортивныхсоревнований,выполнениясовместныхучебныхзаданий;
* проявлениеуважительногоотношенияксоперникамвовремясоревновательнойдеятельности,стремлениеоказыватьпервую помощьпритравмахиушибах;
* уважительноеотношениексодержаниюнациональныхподвижныхигр, этнокультурнымформамивидамсоревновательнойдеятельности;
* стремлениекформированиюкультурыздоровья,соблюдениюправилздоровогообразажизни;
* проявлениеинтересакисследованиюиндивидуальныхособенностейфизическогоразвитияифизической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на ихпоказатели.

# Метапредметныерезультаты

Поокончании**второгогодаобучения**учащиесянаучатся:

*познавательныеУУД:*

* характеризоватьпонятие«физическиекачества»,называтьфизическиекачестваиопределятьихотличительныепризнаки;
* пониматьсвязьмеждузакаливающимипроцедурамииукреплениемздоровья;
* выявлятьотличительныепризнакиупражненийнаразвитиеразныхфизическихкачеств,приводитьпримерыидемонстрироватьихвыполнение;
* обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальныекомплексыупражненийфизкультминутокиутреннейзарядки,упражненийнапрофилактикунарушенияосанки;
* вестинаблюдениязаизменениямипоказателейфизического развитияифизическихкачеств,проводитьпроцедурыихизмерения;

*коммуникативныеУУД:*

* объяснятьназначениеупражненийутреннейзарядки,приводитьсоответствующиепримерыеё положительноговлияниянаорганизм школьников(впределахизученного);
* исполнятьролькапитанаисудьивподвижныхиграх,аргументированновысказыватьсужденияосвоихдействияхипринятыхрешениях;
* делатьнебольшиесообщенияпоисториивозникновенияподвижныхигриспортивныхсоревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физическогоразвитияифизическойподготовленности;

*регулятивныеУУД:*

* соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебногосодержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки,занятиялыжнойиплавательнойподготовкой);
* выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитиюфизическихкачестввсоответствиисуказаниямиизамечаниями учителя;
* взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдатькультуруобщенияиуважительногообращенияк другимучащимся;
* контролироватьсоответствиедвигательныхдействийправиламподвижныхигр,проявлятьэмоциональнуюсдержанностьпривозникновенииошибок.

# Предметныерезультаты

Кконцуобучениявовторомклассеобучающийсянаучится:

* демонстрироватьпримерыосновныхфизическихкачеств ивысказывать своёсуждениеобихсвязисукреплениемздоровья ифизическимразвитием;
* измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальныхтестовыхупражнений,вести наблюдениязаихизменениями;
* выполнять броскималого(теннисного)мячавмишеньизразныхисходныхположенийиразными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мячаправойилевойрукой,перебрасыванииегосрукинаруку,перекатыванию;
* демонстрироватьтанцевальныйхороводныйшагвсовместномпередвижении;
* выполнятьпрыжкипо разметкамна разноерасстояниеисразнойамплитудой;ввысотуспрямогоразбега;
* передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом; спускаться с пологого склона итормозитьпадением;
* организовыватьииграть вподвижныеигрынаразвитиеосновныхфизическихкачеств,сиспользованием техническихприёмовизспортивныхигр;
* выполнятьупражнениянаразвитиефизическихкачеств.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕПЛАНИРОВАНИЕ 2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | **Электронные(цифровые)образовательные ресурсы** |
| **всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| Раздел1.**Знанияофизическойкультуре** |  |
| 1.1. | **История подвижных игр исоревнованийу древнихнародов** | 0.5 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 1.2. | **Зарождение Олимпийских игр** | 0.5 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| Итогопоразделу | 1 |  |  |
| Раздел2.**Способы самостоятельной деятельности** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2.1. | **Физическое развитие** | 0.5 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 2.2. | **Физические качества** | 0.5 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2.3. | **Сила как физическое качество** | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 2.4. | **Быстрота как физическое качество** | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2.5. | **Выносливостькак физическое качество** | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 2.6. | **Гибкость как физическое качество** | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2.7. | **Развитие координации движений** | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 2.8. | **Дневник наблюдений по физическойкультуре** | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| Итогопоразделу | 7 |  |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| Раздел3.**Оздоровительная физическая культура** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.1. | **Закаливание организма** | 0.5 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 3.2. | **Утренняя зарядка** | 0.5 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.3. | **Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки** | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| Итого по разделу | 2 |  |  |  |  |  |
| Раздел4.**Спортивно-оздоровительная физическая культура** |
| 4.1. | *Модуль"Гимнастика с основами**акробатики".***Правила****поведения на уроках гимнастики и акробатики** | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.2. | *Модуль"Гимнастика с основами**акробатики".* **Строевые упражнения и команды** | 3 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 4.3. | *Модуль"Гимнастикасосновами**акробатики".***Гимнастическая****разминка** | 4 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.4. | *Модуль"Гимнастика с основами**акробатики".* **Упражнения с гимнастической скакалкой** | 4 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 4.5. | *Модуль"Гимнастика с основами**акробатики".* **Упражнения с гимнастическим мячом** | 3 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.6. | *Модуль"Гимнастика с основами**акробатики".* **Танцевальные движения** | 3 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 4.7. | Модуль "Лыжная подготовка". ПравилаПоведения на занятиях лыжной подготовкой | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.8. | Модуль"Лыжнаяподготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом | 7 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 4.9. | Модуль"Лыжнаяподготовка". Спуски и подъёмы на лыжах | 3 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.10 | Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными палками и падением на бок | 3 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 4.11. | *Модуль"Лёгкая атлетика".* **Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой** | 1 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.12. | *Модуль "Лёгкая атлетика".* **Броски мяча в неподвижную мишень** | 4 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.htmlhttps:/[/www.gto.ru/#gto-method](http://www.gto.ru/#gto-method)https:/[/www.gto.ru/norms](http://www.gto.ru/norms) |
| 4.13. | *Модуль "Лёгкая атлетика".* **Сложнокоординированные прыжковые упражнения** | 4 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.htmlhttps:/[/www.gto.ru/#gto-method](http://www.gto.ru/#gto-method)https:/[/www.gto.ru/norms](http://www.gto.ru/norms) |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.14. | *Модуль"Лёгкая**атлетика".* **Прыжок в высоту с прямого разбега** | 4 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| 4.15. | *Модуль "Лёгкаяатлетика".***Сложнокоординированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке** | 2 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.16. | *Модуль"Лёгкаяатлетика".* **Сложно****Координированные беговые упражнения** | 5 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.htmlhttps:/[/www.gto.ru/#gto-method](http://www.gto.ru/#gto-method)https:/[/www.gto.ru/norms](http://www.gto.ru/norms) |
| 4.17. | *Модуль "Подвижные игры и спортивные игры* | 30 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html |
| Итого по разделу | 58 |  |  |
| Раздел5.**Прикладно-ориентированная физическая культура** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 5.1. | **Подготовка к выполнению нормативных требований комплексаГТО** | 12 | 0 | 0 | Сайт"Яидунаурокфизкультуры"<http://spo.1september.ru/urok/>Сайт«ФизкультУра»http://www.fizkult-ura.ru/[http://www.it-n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx)cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=libсетьтворческихучителей/сообществоучителейфиз.культуры[http://www.trainer.h1.ru/-](http://www.trainer.h1.ru/) сайтучителяфиз.культуры[http://zdd.1september.ru/-](http://zdd.1september.ru/)газета"Здоровьедетей"[http://spo.1september.ru/-](http://spo.1september.ru/)газета"Спортвшколе"<http://festival.1september.ru/>Фестивальпед.идей «Открытыйурок»https://resh.edu.ru/subject/9/https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.htmlhttps:/[/www.gto.ru/#gto-method](http://www.gto.ru/#gto-method)https:/[/www.gto.ru/norms](http://www.gto.ru/norms) |
| Итогопоразделу | 34 |  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 102 | 0 | 0 |  |

**2КЛАСС Поурочное планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Темаурока** | **Количествочасов** | **Дата****изучения** |
| **Всего** | **Контрольныеработы** | **Практическиеработы** |
| 1 | Историяподвижныхигрисоревнованийу древнихнародов | 1 | 0 | 1 | 01.09.2023 |
| 2 | Зарождение ОлимпийскихигрП/игра «Лапта» | 1 | 0 | 1 | 04.09.2023 |
| 3 | ФизическоеразвитиеПрыжоквдлинус разбега | 1 | 0 | 1 | 06.09.2023 |
| 4 | Сила как физическое качество Прыжок в длину с разбега | 1 | 0 | 1 | 08.09.2023 |
| 5 | БыстротакакфизическоекачествоЧелночныйбег | 1 | 0 | 1 | 11.09.2023 |
| 6 | Гибкость какфизическое качество П/игры -эстафеты | 1 | 0 | 1 | 13.09.2023 |
| 7 | Развитие координации движенийБег с ускорением на короткую дистанцию | 1 | 0 | 1 | 15.09.2023 |
| 8 | Дневник наблюдений по физической культуре  | 1 | 0 | 1 | 18.09.2023 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Бегсускорениемнакороткую дистанцию |  |  |  |  |
| 9 | Строевыекомандыи упражнения Бегсускорениемнакороткуюдистанцию | 1 | 0 | 1 | 20.09.2023 |
| 10 | **Б**ег на выносливостьСтроевыекомандыи упражнения | 1 | 0 | 1 | 22.09.2023 |
| 11 | Прыжки в длину с разбега способом согнув ноги**Б**ег на выносливость | 1 | 0 | 1 | 25.09.2023 |
| 12 | Прыжки в длину с разбега способом согнув ноги**Б**ег на выносливость | 1 | 1 | 0 | 27.09.2023 |
| 13 | Прыжки в длину с разбега способом согнув ноги Метание мяча с места | 1 | 0 | 1 | 29.09.2023 |
| 14 | Метание мяча с места **Б**ег на выносливость | 1 | 0 | 1 | 02.10.2023 |
| 15 | Метание мяча с 1-3 шагов разбега Прыжки с высоты 70 см с поворотом в воздухе на 90%-180% с приземлением | 1 | 0 | 1 | 04.10.2023 |
| 16 | Передвиженияпогимнастическойстенке Метание мяча с 1-3 шагов разбега Прыжки с высоты 70 см с поворотом в воздухе на 90%-180% с приземлением | 1 | 0 | 1 | 06.10.2023 |
| 17 | Прыжок в высоту способом перешагиваниеПрыжки через скакалкуП/игра «Лапта» | 1 | 0 | 1 | 09.10.2023 |  |
| 18 | Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цельПрыжки через скакалкуЧ/ бег 3х10 м/ сек | 1 | 1 | 0 | 11.10.2023 |
| 19 | Инструктаж по технике безопасности с /игры Спортивнаяигра баскетбол Подвижные игры с элементами спортивных игр. Разучивание технических действий подвижных игр с элементами игры баскетбола, волейбола, футбола и пионербола | 1 | 0 | 1 | 13.10.2023 |
| 20 | Спортивнаяигра баскетболВедение баскетбольного мяча. | 1 | 0 | 1 | 16.10.2023 |
| 21 | Спортивнаяигра баскетболВедение баскетбольного мяча. | 1 | 0 | 1 | 18.10.2023 |
| 22 | Спортивнаяигра баскетболЛовля ипередача мячадвумяруками | 1 | 0 | 1 | 20.10.2023 |
| 23 | Ведение баскетбольного мяча. Ловля ипередача мячадвумяруками | 1 | 0 | 1 | 23.10.2023 |
| 24 | Ведение баскетбольного мяча. Ловля ипередача мячадвумяруками | 1 | 0 | 1 | 25.10.2023 |
| 25 | Ведение баскетбольного мяча. Ловля ипередача мячадвумярукамиМини баскетбол | 1 | 0 | 1 | 27.10.2023 |
| 26 | Ведение баскетбольного мяча. Ловля ипередача мячадвумяруками | 1 | 1 | 0 | 06.11.2023 |
| 27 | Ведение баскетбольного мяча. Ловля ипередача мячадвумярукамиМини баскетбол | 1 | 0 | 1 |  |
| 28 | Спортивные игры.Разучивание технических приёмов игры баскетбол Мини баскетбол |  |  |  | 08.11.2023 |
| 29 | Спортивные игры.Наблюдение за образцами технических действий игры волейбол, уточнение особенностей их выполнения.Броскинабивногомяча | 1 | 0 | 1 | 10.11.2023 |
| 30 | Нижняя прямая подача мяча Упражнения в парах приём мяча сверху двумя рукамиБроскинабивногомяча | 1 | 0 | 1 | 13.11.2023 |
| 31 | Нижняя прямая подача мяча Упражнения в парах приём мяча сверху двумя рукамиБроскинабивногомяча | 1 | 0 | 1 | 15.11.2023 |
| 32 | Нижняя прямая подача мяча Упражнения в парах приём мяча сверху двумя рукамиБроски набивного мяча | 1 | 0 | 1 | 17.11.2023 |
| 33 | Нижняя прямая подача мяча Упражнения в парах приём мяча сверху двумя руками | 1 | 1 | 0 | 20.11.2023 |
| 34 | **Инструктаж по техники безопасности по гимнастике** ПередвиженияпогимнастическойстенкеРитмическаягимнастика Танцевальные упражнения из танца галоп | 1 | 0 | 1 | 22.11.2023 |
| 35 | ПередвиженияпогимнастическойскамейкеАкробатические упражнения Стойка на лопатках | 1 | 0 | 1 | 24.11.2023 |
| 36 | Танцевальные упражнения из танцаполька Передвиженияпогимнастическойскамейке Стойка на лопатках Мост | 1 | 1 | 0 | 27.11.2023 |
| 37 | Танцевальные упражнения из танцагалоп Передвиженияпогимнастическойстенке координационнойсложностью акробатические упражнения | 1 | 0 | 1 | 29.11.2023 |
| 38 | Акробатические упражнения |  |  |  |  |
| 39 | Акробатические упражненияКувырок вперед | 1 | 0 | 1 | 01.12.2023 |
| 40 | Акробатические упражненияКувырок вперёд | 1 | 0 | 1 | 04.12.2023 |
| 41 | Акробатические упражненияКувырок вперёд | 1 | 0 | 1 | 06.12.2023 |
| 42 | Акробатические упражненияКувырок назад | 1 | 0 | 1 | 08.12.2023 |
| 43 | Акробатические упражненияКувырок назад | 1 | 0 | 1 | 11.12.2023 |
| 44 | Акробатические упражненияКувырок назад | 1 | 0 | 1 | 13.12.2023 |
| 45 | Акробатические элементыВисы и упоры | 1 | 0 | 1 | 15.12.2023 |
| 46 | Акробатические элементыВисы и упоры | 1 | 0 | 1 | 18.12.2023 |
| 47 | Акробатические элементыВисы и упоры | 1 | 0 | 1 | 20.12.2023 |
| 48 | ЛазаньепогимнастическойстенкеОпорный прыжок с разбега через козла- вскок в упор присев на козла и соскок | 1 | 0 | 1 | 22.12.2023 |
| 49 | ЛазаньепогимнастическойстенкеОпорный прыжок с разбега через козла- вскок в упор присев на козла и соскок | 1 | 0 | 1 | 25.12.2023 |
| 50 | ЛазаньепогимнастическойстенкеОпорный прыжок с разбега через козла- вскок в упор присев на козла и соскок | 1 | 0 | 1 | 27.12.2023 |
| 51 | Упражнения в равновесииЛазаньепогимнастическойстенкеОпорный прыжок с разбега через козла- вскок в упор присев на козла и соскок | 1 | 0 | 1 | 29.12.2023 |
| 52 | Передвижение на лыжах одновременным двухшажнымходом. **Техника безопасности на уроках лыжной подготовки.** | 1 | 0 | 1 | 08.01.2024 |
| 53 | Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом.Разучивание последовательной техники одновременного двухшажного хода. | 1 | 0 | 1 | 10.01.2024 |
| 54 | Одновременное отталкивание палками и скольжение на двух лыжах с небольшого пологого склона. | 1 | 0 | 1 | 12.01.2024 |
| 55 | Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом без палок. | 1 | 0 | 1 | 15.01.2024 |
| 56 | Закрепление техники передвижения на лыжах одновременным двухшажным ходом без палок. | 1 | 0 | 1 | 17.01.2024 |
| 57 | Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом с палками. | 1 | 0 | 1 |  |
|  | Повороты на лыжах способом переступания |  |  |  | 19.01.2024 |
| 58 | Повороты на лыжах способом переступания в правую и левую сторону, стоя на месте. | 1 | 0 | 1 | 22.01.2024 |
| 59 | Повороты на лыжах способом переступания в левую сторону во время спуска с небольшого пологого склона. | 1 | 0 | 1 | 24.01.2024 |
| 60 | Закрепление техники выполнения поворотов на лыжах способом переступания. | 1 | 0 | 1 | 26.01.2024 |
| 61 | Повороты на лыжах способом переступания. Выполнение торможения плугом при спуске с небольшого пологого склона. | 1 | 0 | 1 | 29.01.2024 |
| 62 | Повороты на лыжах способом переступания.Закрепление техники торможения плугом при спуске с пологого склона | 1 | 0 | 1 | 31.01.2024 |
| 63 | Повороты на лыжах способом переступания.Совершенствование техники торможения плугом при спуске с пологого склона. | 1 | 0 | 1 | 02.02.2024 |
| 64 | Передвижение на лыжах до 1 км | 1 | 0 | 1 | 05.02.2024 |
| 65 | Передвижение на лыжах до 1 км | 1 | 0 | 1 | 07.02.2024 |
| 66 | Передвижение на лыжах до 1 км | 1 | 0 | 1 | 09.02.2024 |
|  |  |  |  |  |  |
| 67 | СпортивнаяиграфутболПодвижныеигры сприемами футбола | 1 | 0 | 1 | 12.02.2024 |
| 68 | Подвижныеигры сприемами футболаСпортивнаяиграфутбол | 1 | 0 | 1 | 14.02.2024 |
| 69 | Подвижные игры с приемами футболаСпортивнаяиграфутбол | 1 | 0 | 1 | 16.02.2024 |
| 70 | Подвижные игры с приемами баскетболаСпортивная игра футбол | 1 | 0 | 1 | 19.02.2024 |
| 71 | Подвижныеигры сприемами баскетбола | 1 | 0 | 1 | 21.02.2024 |
| 72 | Подвижные игры с приемами баскетбола | 1 | 0 | 1 | 23.02.2024 |
| 73 | Подвижные игры с приемами баскетбола | 1 | 0 | 1 | 26.02.2024 |
| 74 | Подвижные игры с приемами волейбола | 1 | 0 | 1 | 28.02.2024 |
| 75 | Подвижные игры с приемами волейбола | 1 | 0 | 1 | 01.03.2024 |
| 76 | Спортивная игра волейболПодвижные игры с приемами волейбола | 1 | 0 | 1 | 04.03.2024 |
| 77 | Подвижные игры с элементами пионерболаУчебная игра | 1 | 0 | 1 | 06.03.2024 |
| 78 | Подвижные игры с элементами пионерболаУчебная игра | 1 | 0 | 1 | 08.03.2024 |
| 79 | Подвижные игры с элементами пионерболаУчебная игра | 1 | 0 | 1 | 11.03.2024 |
| 80 | Подвижные игры с элементами пионерболаУчебная игра | 1 | 0 | 1 | 13.03.2024 |
| 81 | Подвижные игры с элементами пионерболаУчебная игра | 1 | 0 | 1 | 15.03.2024 |
| 82 | Прыжки в высоту способом перешагиваниеЧ/бег 3х10 м сек | 1 | 1 | 0 | 18.03.2024 |
| 83 | Прыжки в высоту способом перешагиваниеЧ/бег 3х10 м сек | 1 | 0 | 1 | 20.03.2024 |
| 84 | Прыжки в высоту способом перешагиваниеЧ/бег 3х10 м сек | 1 | 0 | 1 | 22.03.2024 |
| 85 | Прыжки с прямого разбега в высотуМетание мяча в вертикальную цель | 1 | 1 | 0 |  |
| 86 | Прыжки с прямого разбега в высотуМетание мяча в вертикальную цель |  |  |  | 01.04.2024 |
| 87-88 | Прыжки с прямого разбега в высотуМетание мяча в вертикальную цельЧ/бег 3х10 м сек | 1 | 0 | 1 | 03.04.202405.04.2024 |
| 89-90 | Прыжки в высоту способом перешагиваниеЧ/бег 3х10 м секПреодоление полосы препятствия. | 1 | 0 | 1 | 12.04.202415.04.2024 |
| 91-92 | Освоение правил и техникивыполнения норматива комплексаГТО. Подтягивание из виса навысокой перекладине – мальчики.Сгибаниеиразгибаниеруквупорележанаполу. Эстафеты ГТО.Бегна30м.Эстафеты ПравилаТБнауроках.Сохранениеиукрепление здоровья через ВФСКГТО | 1 | 1 | 0 | 17.04.202419.04.2024 |
| 93-94 | Освоение правил и техникивыполнениянормативакомплексаГТО.Подтягиваниеизвисалежана | 1 | 0 | 1 | 22.04.2024 |
|  | низкойперекладине90см.Эстафеты |  |  |  | 24.04.2024 |
| 95- 96 | Освоение правил и техникивыполнения норматива комплексаГТО..Эстафеты Наклон вперед из положениястоянагимнастическойскамье.Подвижныеигры | 1 | 0 | 1 | 26.04.28.04 |
| 97 - 98 | Освоение правил и техникивыполнения норматива комплексаГТО. Наклон вперед из положениястоянагимнастическойскамье.Подвижныеигры выполнениянормативакомплекса ГТО.Бегна1000м | 1 | 0 | 1 | 5.05.10.05. |
| 99-100 | Освоение правил и техникивыполнения норматива комплексаГТО. Наклон вперед из положениястоянагимнастическойскамье.Подвижныеигры

|  |
| --- |
| .Прыжоквдлинус местатолчкомдвумяногами.Эстафеты |

 | 1 | 0 | 1 | 13.0516.05 |
| 101-102 | Освоение правил и техникивыполнениянормативакомплексаГТО. Поднимание туловища изположениялежанаспине. .Челночный бег3\*10м.Эстафеты | 1 | 0 | 1 | 18.0524.05 |