

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол от «01» 09 2023 № 1

УТВЕРЖДАЮ:

Главный врач СПб ГБУЗ

«Детский санаторий «Солнечное»

Н.В. Андриянычева

Приказ от «01» 09 2023 № 144



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1727892)

учебного предмета

«Физическая культура»

для обучающихся 2 класса

на 2023-2024 учебный год

Составители программы:

Учитель Львова Ирина

Юрьевна

Санкт-Петербург
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программа по физической культуре разработана с учетом особенностей современного российского общества в физически фундаментальном и деятельностном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для развития, самоопределения и самореализации.

В программе по физическому отражению объективно измененные реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогические разработки по обновлению содержания образовательного культурного процесса, внедрение в него современных подходов, новых методов и технологий.

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

Целью физического образования на уровне начального общего образования является воспитание у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой культуры самостоятельно в развитии развитых форм физических упражнений. Достижение данной цели, ориентация учебных предметов на устойчивость и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических методов и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в том, чтобы у обучающихся было необходимое и достаточное физическое здоровье, уровень развития физических методов и физического обучения разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения этими принципами и навыками по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, горизонтальной и зрительной гимнастикой, проведением физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающими процедурами, наблюдениями за физическим обучением и физической подготовленностью.

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

Методологическая структура структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования представляют собой базовые положения личностно-деятельного кабинета, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостности личности обучающихся. Достижение целостности развития становится возможным

благодаря освоению обучающимися средств двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и в любой деятельности, она включает в себя информационные, операциональные и мотивационно-процессуальные компоненты, которые находят свое отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной направленности учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в типовой программе по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная графическая культура». Данный модуль позволит поддержать интерес обучающихся к занятиям спортом и активному участию в конкурентных соревнованиях, в конкурентной деятельности в стране и в системе активного образования.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная визуализация культуры» программами наблюдения по видам спорта, которые могут использоваться формирующими исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, существующих материально-технических баз, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разработать свое содержание для модуля «Прикладно-ориентированная фигура культуры» и включить в него популярные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основанные на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные ее содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

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

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа. (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 КЛАСС

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 по физической культуре.

Физическое совершенствование

Оздоровительная внешность культуры

Закаливание организма обливанием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультурминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная визуальная культура

Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строительные команды в строительстве и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одинаковой с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руки. 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 падение на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. Бросок мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, при движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямым разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорение из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с понижением умеренного замедления.

Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приемами других игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная графическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных средств средств мобильных и устойчивых игр.

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Программы освоения личностных результатов по физической культуре на уровне начального общего образования предусматриваются в рамках образовательной и воспитательной деятельности в соответствии с переменами, предусмотренными социокультурными и духовно-нравственными ценностями, проводимыми в соответствии с правилами и нормами поведения и соблюдающими процессами самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

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

- становление ценностного отношения к истории и развитие физической культуры народов России, осознание ее связи с трудовой сферой и укреплением здоровья человека;
- обеспечивает морально-этические нормы поведения и правила межличностного общения во время подвижных игр и строгое соблюдение требований, выполнение оператором инструкций;
- вежливое отношение к соперникам во время соревновательной деятельности, оказание первой помощи при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к проведению национальных национальных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- повышенный интерес к изучению естественного физического развития и физической подготовки, занятий физической культурой и спортом по их показателям.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающихся формируются познавательные универсальные технологические, коммуникативные универсальные технологические действия, регулятивные универсальные технологические действия, современные виды деятельности.

К концу обучения во 2 классе у обучающихся будут сформированы следующие универсальные технологические действия.

Познавательные универсальные технологические действия :

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и стабильностью здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений для развития различных физических примеров, приводить примеры и выполнять их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, основывать комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушений осанки;
- вести наблюдение за изменениями показателей физического развития и физических методов, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные технологические действия :

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить ее положительное воздействие на организм обучающихся (в пределах изучаемого);
- исполнять роль капитана и судьи в живых собраниях, аргументированно высказывать мнения о своих действиях и принимать решения;
- делать небольшие сообщения в период возникновения подвижных игр и в более позднее время, планировать режим дня, способы измерения показателей физического развития и подготовки физической силы.

Регулятивные универсальные технологические действия :

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их содержания, находить в них отличия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять научные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических методов в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных занятий, соблюдать культуру общения и уважительное обращение к другим обучающимся;
- Контролируйте соблюдение правил двигательных действий в подвижных играх, контролируйте эмоциональную сдержанность при устранении ошибок.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

2 КЛАСС

К завершению обучения во **2 классе** учащиеся достигают следующих результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- приведем основные теоретические положения и выскажем свое мнение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, проводить измерения с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдение за их изменениями;
- Выполнять броски детского (теннисного) мяча в мишень из разных положений и других методов, переходя к манере подбрасывания гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасыванию его руками на руку, перекатыванию;
- дополнительный танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямым разбегом;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, опускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры для развития основных физических качеств, используя технические приемы из традиционных игр;
- Выполните упражнения по развитию физического материала.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Название разделов и тем программы		Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	
			Всего		
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре		3	Учебник, рэш	
Итого по разделу			3		
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2. физическое развитие и его измерение	Физическое развитие и его измерение	9	Учебник, рэш		
Итого по разделу			9		
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная визуальная культура					
1.1 занятие по укреплению здоровья	Занятия по вопросам здоровья	1	Учебник, рэш		
1.2 индивидуальные комплексы утренней зарядки	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	Учебник, рэш		
Итого по разделу			3		
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная визуальная культура					
2.1 Гимнастика с основами акробатики	Гимнастика с основами акробатики	14	Учебник, рэш		
2.2 Лыжная подготовка	Лыжная подготовка	12	Учебник, рэш		
2.3 Легкая атлетика	Легкая атлетика	14	Учебник, рэш		
2.4 Подвижные и спортивные игры	Подвижные игры	19	Учебник, рэш		
Итого по разделу			59		
Раздел 3. Прикладно-ориентированная визуальная культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	Учебник, рэш		
Итого по разделу			28		

№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований в древних народах	1	0	1	01.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
2	Зарождение Олимпийских игр	1	0	1	04.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
3	Современные Олимпийские игры	1	0	1	06.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
4	Физическое развитие	1	0	1	08.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
5	Физические качества	1	0	1	11.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
6	Сила как устойчивое качество	1	0	1	13.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
7	Быстрота как фундаментальное качество	1	0	1	15.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
8	Выносливость как физическое качество	1	0	1	18.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
9	Гибкость как стабильное качество	1	0	1	20.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
10	Развитие согласительных движений	1	0	1	22.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
11	Развитие согласительных движений	1	0	1	25.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	1	27.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
13	Закаливание организма	1	0	1	29.09.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
14	Утренняя зарядка	1	0	1	02.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
15	[[Составление комплекса утренней зарядки]]	1	0	1	04.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики]	1	0	1	09.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
17	Строевые действия и команды	1	0	1	11.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
18	строевые действия и команды	1	0	1	13.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
19	Прыжковые игры	1	0	1	16.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
						журнал, интернет
20	Прыжковые игры]	1	0	1	18.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
21	Гимнастическая разминка	1	0	1	20.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	1	23.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	1	25.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
24	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	1	27.10.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
25	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	1	07.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1	1	0	09.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1	0	1	13.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
28	Танцевальные гимнастические движения	1	0	1	15.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
29	Танцевальные гимнастические движения	1	0	1	17.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
30	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	0	1	20.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1	22.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
32	Спуск с горы в основной стойке	1	1	0	24.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
33	Спуск с горы в основной стойке	1	0	1	27.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
34	Подъем лесеной	1	0	1	29.11.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
35	Подъем лесенкой	1	1	0	01.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
36	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	1	04.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
37	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	0	06.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
38	Торможение	1	0	1	08.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	лыжными палками					журнал, интернет
39	Торможение лыжными палками	1	0	1	11.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
40	Торможение падения на бок	1	0	1	13.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
41	[[Торможение падения на бок]]	1	1	0	15.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
42	Правила поведения на занятиях легкой атлетикой	1	0	1	18.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
43	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	1	20.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
44	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	1	22.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
45	Сложно координированные прыжковые прыжки	1	0	1	25.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
46	Сложно координированные прыжковые прыжки	1	0	1	27.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
47	Прыжок в высоту с прямым разбега	1	0	1	29.12.2023	Учебник, электронный журнал, интернет
48	Прыжок в высоту с прямым разбега	1	0	1		Учебник, электронный журнал, интернет
49	Сложно координированное передвижение ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1	10.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
50	Сложно координированное передвижение ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1	11.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
51	Передвижение широким ходьбой с наклонами туловища вперед и в стороны, разведением и проведением рук	1	0	1	15.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
52	Начали с поворотами и изменениями	1	0	1	17.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
53	Начали с поворотами	1	0	1	19.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	и изменениями					журнал, интернет
54	Сложно координационные беговые упражнения	1	0	1	22.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
55	Сложно координационные беговые упражнения	1	0	1	24.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
56	Подвижные игры с приемами других игр	1	0	1	26.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
57	Игры с приемами баскетбола	1	0	1	29.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
58	Игры с приемами баскетбола	1	0	1	31.01.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
59	Приемы баскетбола: мяч по среднему и мяч по соседу	1	0	1	02.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
60	Приемы баскетбола: мяч по среднему и мяч по соседу	1	0	1	05.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
61	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1	07.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
62	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1	09.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
63	Прием «волна» в баскетболе	1	0	1	12.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
64	Прием «волна» в баскетболе	1	0	1	14.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
65	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1	16.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
66	Игры с приемами футбола метко в цель	1	0	1	19.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
67	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1	21.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
68	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1	26.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
69	Футбольный бильярд	1	0	1	28.02.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
70	Футбольный бильярд	1	0	1	01.03.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
71	Бросок ногой	1	0	1	04.03.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
72	Бросок ногой	1	0	1	03.06.2024	Учебник, электронный журнал, интернет

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
73	Подвижные игры по поддержанию равновесия	1	0	1	11.03.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
74	Подвижные игры по поддержанию равновесия	1	0	1	13.03.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
75	Правила выполнения средних нормативов 2 ступени	1	0	1	15.03.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
76	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	1	18.03.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
77	норматив ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	1	20.03.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	1	22.03.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	1	01.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	1	03.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение за границу. Подвижные игры	1	1	0	05.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение за границу. Подвижные игры	1	0	1	08.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
83	Освоение правил и техники выполнения	1	0	1	10.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты					
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	1	12.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из висы на высокую перекладину – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	1	0	15.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из висы на высокую перекладину – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	0	1	17.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на низком перекладине 90см. Эстафеты	1	0	1	19.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на низком перекладине 90см. Эстафеты	1	0	1	22.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1	24.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1	26.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в перспективе с места толчком двух ног. Эстафеты	1	0	1	27.04.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в перспективе с места толчком двух ног. Эстафеты	1	0	1	02.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	1	03.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	1	06.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	1	07.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в	1	0	1	08.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	цель. Подвижные игры					
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	1	13.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	1	15.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	0	1	17.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	0	1	20.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
101	Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (испытаний) ступень ГТО	1	0	1	22.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
102	Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (испытаний) 2 ступень ГТО	1	0	1	24.05.2024	Учебник, электронный журнал, интернет
Добавить текст						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич / авт.-сост. А. Н. Каинов, Г. И. Курьерова. – Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2013

Учебник:

Авторы: М.А. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С. Алёшина, З.В. Гребенщикова, А.Н. Крайнов
Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я. Виленского

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

Пособие для учащихся:

Л. Е. Любомирский, В. И. Лях, Г. Б. Мейксон "Физическая культура". Учебник для учащихся 5-7 классов.

Пособия для учителя:

- Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003.

- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание. – М.: ВАКО, 2005. – (В помощь школьному учителю).

- Настольная книга учителя физической культуры :: справ.- метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. - М.: ООО «Изд-во АСТ»: 2003.

- Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры /под ред. Э. Найминова.– М., 2001.

- Макаров А.Н. Лёгкая атлетика. – М., 1990.

- Практикум по лёгкой атлетике /под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова. – М., 1999.

- Лёгкая атлетика в школе /под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого. – М., 1998.

- Спортивные игры на уроках физкультуры /ред. О. Листов. – М.,2001.

- Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. -, 2003.

- Журнал «Спорт в школе»

- Журнал «Физическая культура в школе».

- Урок в современной школе /ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.