

Рассмотрена на заседании
школьного методического
объединения учителей

осесезонно - член
методического объединения

Протокол № 1 от 30.08.2024

Руководитель ШМО:

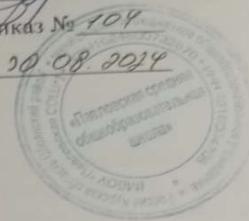
Принята на заседании
педагогического совета

Протокол № 1
от 30.08.2024

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы:

[Подпись]
Приказ № 704
от 30.08.2024



**Рабочая программа
по физической культуре
2 класс
преподавателя-организатора
Сляднева Евгения Викторовича**

Содержание учебного предмета

Программа курса «Физическая культура» включает в себя следующие разделы:

Знания о физической культуре (2 часа)

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

Способы физкультурной деятельности (3 часа)

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

Физическое совершенствование

Гимнастика с элементами акробатики (18 часов)

Организуемые команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.

Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание попластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизованные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью).

Легкая атлетика (11 часа)

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.

Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.

Лыжные гонки (10 часов)

Организуемые команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.

Передвижение на лыжах без палок.

Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом.

Повороты переступанием на месте.

Спуски в основной стойке.
Подъемы ступающим и скользящим шагом.
Торможение падением.

Подвижные игры (15 часа)

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Прыгающие воробушки», «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Зайцы в огороде», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей»; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Не оступись», «Пятнашки», «Два мороза», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача», «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Бросок ногой».

Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки», «Мяч соседу», «Передал – садись».

Волейбол: подбрасывание мяча на заданную высоту, на заданное расстояние, нижняя прямая подача, боковая подача; игры «Неудобный бросок», «Волна»

. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ начального общего образования ФГОС программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения физической культуре 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, саморазвития и социализации обучающихся.

Личностные результаты освоения предмета «Физическая культура» в начальной школе отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

Патриотическое воспитание:

- ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

Гражданское воспитание:

- представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

Ценности научного познания:

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции;
- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;
- познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Формирование культуры здоровья:

- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Экологическое воспитание:

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты освоения образовательной программы по физической культуре отражают овладение универсальными познавательными действиями.

В составе метапредметных результатов выделяют такие значимые для формирования мировоззрения формы научного познания, как научный факт, гипотеза, теория, закон, понятие, проблема, идея, категория, которые используются в естественно-научных учебных предметах и позволяют на основе знаний из этих предметов формировать представление о целостной научной картине мира, и универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные), которые обеспечивают формирование готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности.

Метапредметные результаты освоения образовательной программы по физической культуре отражают овладение универсальными учебными действиями, в том числе:

1) **Познавательные универсальные учебные действия**, отражающие методы познания окружающего мира:

- ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в физической культуре (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях;
- выявлять признаки положительного влияния занятий физической культурой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия;
- моделировать правила безопасного поведения при освоении физических упражнений, плавании;
- устанавливать связь между физическими упражнениями и их влиянием на развитие физических качеств;
- классифицировать виды физических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания, по преимущественной целевой направленности их использования, преимущественному воздействию на развитие отдельных качеств (способностей) человека;
- приводить примеры и осуществлять демонстрацию гимнастических упражнений, навыков плавания, ходьбы на лыжах (при условии наличия снежного покрова), упражнений начальной подготовки по виду спорта (по выбору), туристических физических упражнений;
- самостоятельно (или в совместной деятельности) составлять комбинацию упражнений для утренней гимнастики с индивидуальным дозированием физических упражнений;
- формировать умение понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;
- овладевать базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; использовать знания и умения в области культуры движения, эстетического восприятия в учебной деятельности иных учебных предметов;
- использовать информацию, полученную посредством наблюдений, просмотра видеоматериалов, иллюстраций, для эффективного физического развития, в том числе с использованием гимнастических, игровых, спортивных, туристических физических упражнений;
- использовать средства информационно-коммуникационных технологий для решения учебных и практических задач (в том числе Интернет с контролируемым выходом), оценивать объективность информации и возможности её использования для решения конкретных учебных задач.

2) **Коммуникативные универсальные учебные действия**, отражающие способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использовать правила общения в конкретных учебных и внеучебных ситуациях; самостоятельную организацию речевой деятельности в устной и письменной форме:

- вступать в диалог, задавать собеседнику вопросы, использовать реплики-уточнения и дополнения; формулировать собственное мнение и идеи, аргументированно их излагать; выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге;
- описывать влияние физической культуры на здоровье и эмоциональное благополучие человека;
- строить гипотезы о возможных отрицательных последствиях нарушения правил при выполнении физических движений, в играх и игровых заданиях, спортивных эстафетах;
- организовывать (при содействии взрослого или самостоятельно) игры, спортивные эстафеты, выполнение физических упражнений в коллективе, включая обсуждение цели общей деятельности, распределение ролей, выполнение функциональных обязанностей, осуществление действий для достижения результата;

- проявлять интерес к работе товарищей; в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания; оказывать при необходимости помощь;
- продуктивно сотрудничать (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач выполнения физических упражнений, игровых заданий и игр на уроках, во внеурочной и внешкольной физкультурной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

3) **Регулятивные универсальные учебные действия**, отражающие способности обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка):

- оценивать влияние занятий физической подготовкой на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение частоты простудных заболеваний);
- контролировать состояние организма на уроках физической культуры и в самостоятельной повседневной физической деятельности по показателям частоты пульса и самочувствия;
- предусматривать возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни;
- проявлять волевую саморегуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности; проявлять стремление к успешной образовательной, в том числе физкультурно-спортивной, деятельности; анализировать свои ошибки;
- осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты изучения учебного предмета «Физическая культура» отражают опыт учащихся в физкультурной деятельности.

В составе предметных результатов по освоению обязательного содержания, установленного данной программой, выделяются: полученные знания, освоенные обучающимися; умения и способы действий, специфические для предметной области «Физическая культура» периода развития детей возраста начальной школы; виды деятельности по получению новых знаний, их интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных и новых ситуациях.

В состав предметных результатов по освоению обязательного содержания включены физические упражнения:

- гимнастические упражнения, характеризующиеся многообразием искусственно созданных движений и действий, эффективность которых оценивается избирательностью воздействия на строение и функции организма, а также правильностью, красотой и координационной сложностью всех движений;
- игровые упражнения, состоящие из естественных видов действий (элементарных движений, бега, бросков и т. п.), которые выполняются в разнообразных вариантах в соответствии с изменяющейся игровой ситуацией и оцениваются по эффективности влияния на организм в целом и по конечному результату действия (точнее бросить, быстрее добежать, выполнить в соответствии с предлагаемой техникой выполнения или конечным результатом задания и т. п.);
- туристические физические упражнения, включающие ходьбу, бег, прыжки, преодоление препятствий, ходьбу на лыжах, езду на велосипеде, эффективность которых оценивается комплексным воздействием на организм и результативностью преодоления расстояния и препятствий на местности;
- спортивные упражнения объединяют ту группу действий, исполнение которых искусственно стандартизировано в соответствии с Единой всесоюзной спортивной

классификацией и является предметом специализации для достижения максимальных спортивных результатов. К последней группе в программе условно относятся некоторые физические упражнения первых трёх групп, если им присущи перечисленные признаки (спортивные гимнастические упражнения, спортивные игровые упражнения, спортивные туристические упражнения).

Предметные результаты отражают сформированность у обучающихся определённых умений.

1) Знания о физической культуре:

- различать основные предметные области физической культуры (гимнастика, игры, туризм, спорт);
- формулировать правила составления распорядка дня с использованием знаний принципов личной гигиены, требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями в зале и на улице; иметь представление о здоровом образе жизни, о важности ведения активного образа жизни;
- знать и формулировать основные правила безопасного поведения в местах занятий физическими упражнениями (в спортивном зале, на спортивной площадке, в бассейне);
- знать и формулировать простейшие правила закаливания и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, уметь применять их в повседневной жизни; понимать и раскрывать значение регулярного выполнения гимнастических упражнений для гармоничного развития; знать и описывать формы наблюдения за динамикой развития гибкости и координационных способностей;
- знать основные виды разминки.

2) Способы физкультурной деятельности:

Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями:

- выбирать гимнастические упражнения для формирования стопы, осанки в положении стоя, сидя и при ходьбе; упражнения для развития гибкости и координации;
- составлять и выполнять индивидуальный распорядок дня с включением утренней гимнастики, физкультминуток, выполнения упражнений гимнастики; измерять и демонстрировать в записи индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их значения с рекомендуемыми для гармоничного развития значениями.

Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения:

- участвовать в спортивных эстафетах, развивающих подвижных играх, в том числе ролевых, с заданиями на выполнение движений под музыку и с использованием танцевальных шагов; выполнять игровые задания для знакомства с видами спорта, плаванием, основами туристической деятельности; общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; выполнять команды и строевые упражнения.

3) Физическое совершенствование:

Физкультурно-оздоровительная деятельность:

- осваивать технику выполнения гимнастических упражнений для формирования опорно-двигательного аппарата, включая гимнастический шаг, мягкий бег;
- осваивать гимнастические упражнения на развитие моторики, координационно-скоростных способностей, в том числе с использованием гимнастических предметов (скакалка, мяч);
- осваивать гимнастические упражнения, направленные на развитие жизненно важных навыков и умений (группировка, кувырки; повороты в обе стороны; равновесие на каждой ноге попеременно; прыжки толчком с двух ног вперёд, назад, с поворотом в обе стороны).

Тематическое планирование учебного предмета

Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов отводимых на изучение	Тема урока	Дата проведения урока	Электронные образовательные ресурсы, используемые при изучении темы	Основные направления воспитательной деятельности
Знания о физической культуре	2	История подвижных игр и соревнований у древних народов		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
		История Олимпийских игр		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье берегающее , коммуникативное
Способы самостоятельной деятельности	8	Физическое развитие		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, трудовое
		Физические качества		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		Дневник наблюдений по физической культуре		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		Закаливание организма		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		Утренняя зарядка		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
		Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье берегающее , коммуникативное
		Освоение универсальных умений при выполнении организующих команд и строевых упражнений: построение и перестроение в одну, две шеренги, стоя на месте.		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье берегающее , коммуникативное
		Упражнения общей разминки. Повторение разученных упражнений		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
Оздоровительная физическая культура	3	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное

		Броски мяча в неподвижную мишень		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		Сложно координированные беговые упражнения		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
Спортивно-оздоровительная физическая культура	45	Сдача контрольных нормативов ГТО. Челночный бег 3x10м. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		Сдача контрольных нормативов ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке. Поднимание туловища из положения лежа на спине.		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, трудовое
		Сдача контрольных нормативов ГТО. Смешанное передвижение на 500 м. метров. Метание теннисного мяча в цель.		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		Веселые старты, встречные эстафеты, подвижные игры		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
		Веселые старты, встречные эстафеты, подвижные игры		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, трудовое
		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, трудовое

	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, трудовое

		приседаниями»			
		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля передача мяча с приседаниями»		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее , коммуникативное
		Сдача контрольных нормативов ГТО. Челночный бег 3х10м. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, трудовое
		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
		Сдача контрольных нормативов ГТО. Челночный бег 3х10м. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее , коммуникативное
		Сдача контрольных нормативов ГТО. Смешанное передвижение на 500 м.		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
		Веселые старты, встречные эстафеты, подвижные игры: шишки ,желуди, орехи		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
		Веселые старты с обручами и скакалками. Подвижная игра День ночь		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее , коммуникативное
		Веселые старты, встречные эстафеты, подвижные игры: рыбак и рыбка		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, трудовое
		Сдача контрольных нормативов ГТО. Смешанное передвижение на 500 м.		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее , коммуникативное
		Веселые старты, встречные		http://www.fizkultura	Спортивно-

	эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».		vshkole.ru/ http://fizkultura	оздоровительное, трудовое
	Сдача контрольных нормативов ГТО. Бег на лыжах на 500м.		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
	вращение скакалки, сложенной вдвое, поочередно правой и левой рукой соответственно с правого и левого бока и перед собой;		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее, коммуникативное
	прыжки на двух ногах через скакалку, лежащую на полу, с поворотом кругом		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
	прыжки через скакалку на двух ногах на месте (в полной координации);		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
	Игровые задания со скакалкой		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, трудовое
	подбрасывание и ловлю мяча одной рукой и двумя руками;;обучаются перебрасыванию мяча с одной руки на другую, на месте и поворотом кругом;;		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее, коммуникативное
	повороты и наклоны в сторону с подбрасыванием и ловлей мяча двумя руками;;обучаются приседанию с одновременным ударом мяча о пол одной рукой и ловлей после отскока мяча двумя руками во время выпрямления		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
	поднимание мяча прямыми ногами, лёжа на спине;		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, трудовое
	Бросок мяча в заданную плоскость и ловля мяча		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее, коммуникативное
	Прыжок в высоту с небольшого разбега с доставанием подвешенных предметов		http://www.fizkultura vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое

Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	техника приземления пр спрыгивании с горки гимнастических матов		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
	напрыгивание на невысокую горку гимнастических матов с прямого разбега		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
	прыжок в высоту с прямого разбега в полной координации		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, трудовое
	передвижение равномерной ходьбой, руки на поясе;;разучивают передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперед и стороны, разведением и сведением рук		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
	передвижение равномерной ходьбой с перешагиванием через лежащие на скамейке предметы (кубики, набивные мячи и т. п.)		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
	передвижение равномерной ходьбой с набивным мячом в руках обычным и приставным шагом правым и левым боком		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
	передвижения ходьбой в полуприседе и приседе с опорой на руки		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
	Равномерное передвижение в ходьбе и беге. Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3x10 высокого старта. Бег на 30 метров		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивно-оздоровительное, трудовое
	Сдача контрольных нормативов ГТО. Прыжок длину с места толчком двумя ногами. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке.Поднимание туловища из положения лежа на спине.		http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
	Сдача контрольных		http://www.fizkultura.vshkole.ru/	Спортивно-оздоровительное,

		нормативов ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке.		http://fizkultura	трудовое
--	--	--	--	---	----------