

Областное казенное общеобразовательное учреждение
«Курская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрена

на заседании МО

Председатель МО

 А.В.Жуковская

Протокол № 1

от 26 августа 2024г.

Согласована

зам. директора по УВР

 Е.В.Кузнецова

30 августа 2024г.

Утверждена

Директор школы-интерната

 Л.Н. Малихова

Приказ № 185

от 30 августа 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

(Адаптивная Физическая культура)

для 2Б класса

Зарецкого Евгения Ивановича,

учителя физической культуры

первой квалификационной категории

2024 - 2025 учебный год

Пояснительная записка

Цели и задачи изучения учебного предмета «Физическая культура»

Цель: реализации учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» заключается в обеспечении овладения обучающимися с нарушениями слуха необходимым (определяемым стандартом) уровнем подготовки в области физической культуры в единстве с компенсацией нарушений физического развития, формированием устойчивой потребности в физическом совершенствовании, целостном развитии их физических способностей, психического и личностного развития для наиболее полноценной жизни в обществе. Программа направлена на формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели программы соотносится с решением следующих основных задач:

- укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма, развитие физических способностей;
- формирование правильной осанки и рационального дыхания, умений организовывать самостоятельные занятия физической культурой с оздоровительной направленностью;
- повышение культуры движений, обогащение двигательного опыта упражнениями базовых видов спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры), а также формирование умений использовать их в условиях учебной деятельности, организации активного отдыха и досуга;
- содействие освоению комплекса знаний о физической культуре, ее истории и формах организации, связи с культурой здоровья;
- воспитание волевых, нравственных и этических качеств личности.

Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):

- коррекция нарушений двигательных функций и опорно-двигательного аппарата (сколиозы, плоскостопия, нарушение осанки);
- коррекция и компенсация нарушений психомоторики;
- коррекция и развитие способности к пространственной ориентации;
- коррекция и развитие общей и мелкой моторики;
- коррекция и развитие способности к дифференцированию временных, силовых, пространственных параметров движения;
- коррекция и развитие способности к быстрому реагированию;
- коррекция и развитие способности к усвоению ритма движений;
- коррекция нарушений скоростно-силовых и силовых способностей;
- расширение пассивного и активного словаря обучающихся с нарушениями слуха за счет освоения специальной терминологии физической культуры;
- развитие слухо-зрительного восприятия;
- формирование двигательных навыков под воздействием регулирующей функции речи;
- профилактика возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья.

Воспитательное значение примерных рабочих программ заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли физической культуры и спорта в жизни человека, понимания значения мирового и отечественного олимпийского и сурдлимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. Практическими результатами воспитания являются: формирование навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми, воспитание воли и способности к преодолению трудностей у обучающихся с нарушениями слуха.

Образовательно-коррекционный процесс на уроках АФК базируется на общедидактических и специальных принципах, обусловленных особенностями психофизического развития обучающихся с нарушениями слуха.

Реализация программ по адаптивной физической культуре предполагает следующие **принципы и подходы:**

программно-целевой подход, который предполагает единую систему планирования и своевременного внесения корректив в планы;

необходимость использования специальных методов, приемов и средств обучения;

информационной компетентности участников образовательного процесса в образовательной организации;

вариативности, которая предполагает осуществление различных вариантов действий по реализации поставленных задач;

-комплексный подход в реализации коррекционно-образовательного процесса;

включение в решение задач программы всех субъектов образовательного процесса

Сведения о регламентирующих документах, на основе которых разработана рабочая программа

Программа по физической культуре составлена на основании:

– Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. N 1598 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 3 февраля 2015 г., регистрационный N 35847);

– Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1023(Зарегистрировано в Минюсте России 21.03.2023 N 72654);

– Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для слабослышащих и позднооглохших обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2.3) (принята на заседании педагогического совета ОКОУ «Курская школа-интернат» 30.08.2023, протокол №1; введена в действие приказом от 30.08.2023 г. № 213);

– Учебного плана ОКОУ «Курская школа-интернат» на 2024 – 2025 уч.г. (принят на заседании педагогического совета ОКОУ «Курская школа-интернат» 29.08.2024, протокол №1; введён в действие приказом от 30.08.2024 г. № 185);

– Положения о разработке рабочих программ ОКОУ «Курская школа-интернат» (принято на заседании педагогического совета ОКОУ «Курская школа-интернат» 31.03.2022 г., протокол №4; утверждено приказом от 01.04.2022 г. №72);

– Федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников (утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21.09.2022 № 858)

– Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28).

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

К концу 2класса

Личностные результаты

Осознание себя как ученика, заинтересованного посещением занятий адаптивной физической культурой в условиях спортивного зала, на спортивной площадке (на открытом воздухе); способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней; самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей; понимание личной ответственности за свои поступки, за командный результат, способность к эмпатии и взаимовыручке; готовность к безопасному и бережному поведению в процессе занятий спортом и физической культурой.

Коммуникативные учебные действия:

- вступать в контакт и взаимодействовать в паре, группе, команде при выполнении упражнений, в процессе подвижных и командных игр, соревнований (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель – класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к упражнениям на занятиях адаптивной физической культурой;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с взрослыми и сверстниками в процессе выполнения упражнений и командных игр;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими (в соревновательной деятельности, в подвижных и командных играх и др.).

Регулятивные учебные действия:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия при выполнении упражнений, ориентироваться на образец выполнения;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов при выполнении упражнений.

Познавательные учебные действия:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные признаки видов спорта, спортивного инвентаря, способов выполнения упражнений, правил спортивных игр;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами при ориентировке в пространстве спортивного зала, на спортивной площадке, при выполнении упражнений;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности (например, подбирать соответствующую спортивную одежду в соответствии с погодой).

Содержание учебного предмета

2Б (102 часа – 3 часа в неделю)

Основы знаний о физической культуре (в процессе урока)

Понятия «физическая культура» и «физические упражнения». Значение физических упражнений для здоровья человека. Основные способы передвижений человека. Правила поведения на уроках физической культуры. Сведения о режиме дня и личной гигиене, правильной осанке. Характеристика основных физических качеств. Подвижные и спортивные игры.

Физическое совершенствование (102 часа)

Организирующие команды и приёмы: Связь физической культуры с жизненно важными умениями и навыками. Понятия «физическая культура» и «физические упражнения». Значение физических упражнений для здоровья человека. Основные способы передвижений человека. Правила поведения на уроках физической культуры. Сведения о режиме дня и личной гигиене, правильной осанке. Характеристика основных физических качеств. Подвижные и спортивные игры.

Гимнастика с элементами акробатики (13)

Простейшие виды построений. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение простейших строевых команд с одновременным показом учителя. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; Простейшие соединения разученных движений. Опорный прыжок: имитационные упражнения, подводящие упражнения к прыжкам с разбега через гимнастического козла (с повышенной организацией техники безопасности). Ходьба, бег, метания. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке. Упражнения без предметов (для различных групп мышц) и с предметами (гимнастические палки, флажки, обручи, малые и большие мячи). Широкие стойки на ногах; ходьба широким шагом, выпадами, в приседе, с махом ногой; наклоны; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; махи правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; индивидуальные комплексы по развитию гибкости. Преодоление простых препятствий; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); перебрасывание малого мяча из одной руки в другую; упражнения на переключение внимания; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп, передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу. Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета. Упражнения в поднимании и переноске грузов: подход к предмету с нужной стороны, правильный захват его для переноски, умение нести, точно и мягко опускать предмет (предметы: мячи, гимнастические палки, обручи, скамейки, маты, гимнастический «козел», «конь» и т. д.).

Легкая атлетика (38)

Ходьба: парами, по кругу парами; в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Прыжки на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание. Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность. Бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно. Основная стойка, стойка ноги врозь; основные положения рук; движения прямых рук; движения рук в плечевых и локтевых суставах; круговые движения руками; поднимание и опускание плеч; движение плеч вперед, назад; поднимание согнутой ноги; движение прямой ноги вперед, в сторону, назад; махи ногой; сгибание и разгибание ног в положении сидя; поднимание прямых ног поочередно в положении сидя; повороты головы; наклон туловища в сторону; наклон туловища вперед с опорой рук на колени, опускание на одно колено с шага назад; опускание на оба колена и вставание без помощи рук; упражнения у гимнастической стенки; пружинистые движения до уровня касания грудью ног;

смыкание и размыкание носков; поднимание на носках с перекатом на пятки; имитация равновесия. Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег. Повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1-2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе.

Подвижные и спортивные игры:(30)

Игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию. Прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту. Эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию. Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола. Стойка баскетболиста; специальные передвижения без мяча; хват мяча; ведение мяча на месте; броски мяча с места двумя руками снизу из-под кольца; передача и ловля мяча на месте двумя руками от груди в паре с учителем; подвижные игры на материале баскетбола. Броски и ловля мяча в парах через сетку двумя руками снизу и сверху; нижняя подача мяча (одной рукой снизу).Подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.Коррекционно-развивающие игры: «Порядок и беспорядок», «Узнай, где звонили», «Собери урожай».Игры с бегом и прыжками: «Сорви шишку», «У медведя во бору», «Подбеги к своему предмету», «День и ночь», «Кот и мыши», «Пятнашки»; «Прыжки по кочкам».Игры с мячом: «Метание мячей и мешочков»; «Кого назвали – тот и ловит», «Мяч по кругу», «Не урони мяч».

Лыжная подготовка(21)

Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение. Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке. Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

Литература и средства обучения, в том числе электронные образовательные ресурсы

- 1.Программы общеобразовательных учреждений. Начальная школа. В.И. Лях Физическая культура. 1-4 класс (Школа России) 2023 год.
2. В.И. Лях Физическая культура. 1-4 класс (Школа России) 2023 год.
- 3.Физическая культура: подвижные игры: 1-4 классы. ФГОС / Н.А. Фёдорова – М.: Издательство «Экзамен», 2021 – 46, (2) с.;
- 4.Физкультура в начальной школе: Методическое пособие – М.:ТЦ Сфера, 2020 – 128с. (Игровые методы обучения);
- 5.Спортивный инвентарь: волейбольные мячи, баскетбольные мячи, футбольные мячи, гимнастические скакалки, гимнастические маты, гимнастические скамейки, шведские стенки, гимнастические снаряды ,лыжи и т.д.

Тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания по предмету» Физическая культура»

Класс **2Б**

Учитель Зарецкий Е.И.

Количество часов: всего 102ч., в неделю 3ч.

Плановых практических работ 1ч

Учебно-методический комплекс:

Физическая культура.2класс. Под редакцией В.И. Лях Физическая культура. 1-4 класс (Школа России) 2023 год.

Дополнительная литература:

Физическая культура: подвижные игры: 1-4 классы. ФГОС / Н.А. Фёдорова – М.: Издательство «Экзамен», 2022 – 46, (2) с.;

№ урока	Тема урока	Количество часов	Тип урока	Основные виды учебной деятельности	Дата	Электронные учебно-методические материалы
	Лёгкая атлетика и подвижные игры	17ч.				
1	Инструктаж по Т.Б. Построение в шеренгу и колонну	1	Урок открытия нового знания	Познакомить с правилами поведения на занятиях лёгкой атлетикой, предупреждение травматизма. Вводный инструктаж.П/И « Вызов номеров», «Два Мороза»	02.09.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
2	Основные способы передвижений человека. Команды: «Становись!», «Смирно!».Ровняйсь.	1	Урок открытия нового знания	Познакомить с основными способами передвижений человека. Разучить команды: «Становись!» «Смирно!».игра«Вызов номера» Обычный бег.	04.09.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
3	Разучить медленный равномерный бег, бег с изменением направления. Подвижная игра «Кот и мыши»	1	Урок открытия нового знания	Разучить повороты по ориентирам. Повторить широкий, свободный шаг. Разучить медленный равномерный. Чередование бега и ходьбы на расстоянии до 40м (10м-бег, 10м-ходьба с постепенным замедлением). Подвижная игра «Кот и мыши»	05.09.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

4	Предупреждение травматизма на занятиях физической культурой. Бег с изменением направления. Подвижная игра «Волк во рву».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Познакомить с правилами предупреждения травматизма на уроках. Разучить игру «Волк во рву».	09.09.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
5	Бег и его разновидности. Бег с ускорением, бег спиной вперёд. Подвижная игра «Волк во рву».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Повторить повороты. Разучить бег с ускорением, бег спиной вперёд. Обычный бег. Понятие «короткая дистанция». Бег с ускорением. Бег наперегонки до 20м. Подвижная игра «Волк во рву»	11.09.24	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/
6	Бег и его разновидности Метание в вертикальную цель. Подвижная игра «Совушка»	1	Урок открытия нового знания	Разучить метание теннисного мяча в вертикальную цель с 3 метров Упражнять в беге на 30м. Упражнять в беге из разных исходных положений, бег спиной вперёд. Ознакомить с подтягиванием на высокой и низкой перекладине. Разучить игру «Совушка» Развитие скоростных качеств	12.09.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
7	Бег и его разновидности Метание в вертикальную цель. Подвижная игра «Совушка»	1	Урок отработки умений и рефлексии	Разучить игру «Совушка» Развитие скоростных качеств	16.09.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
8	Подвижные игры.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Подвижные игры «Вызов номеров», «Два Мороза», «Кот и мыши», «Волк во рву», «Совушка»	18.09.24	https://pedsovet.su
9	Метание в горизонтальную цель	1	Урок открытия нового знания	Разучить метание в горизонтальную цель. Преодолеть полосу из 5 препятствий. Повторить игру «Вызов номеров».	19.09.24	https://fizkultura-fgos.ru
10	Метание в горизонтальную	1	Урок отработки	Упражнять в метании в	23.09.24	https://fizkultura-fgos.ru

	цель		умений и рефлексии	горизонтальную цель. Преодолеть полосу из 5 препятствий. Повторить игру «Вызов номеров». Развивать выносливость.		
11	Челночный бег 3x10 м. Прыжок в длину с места.	1	Урок открытия нового знания	Разучить челночный бег 3x10 м. Разучить подвижную игру «Воробьи, вороны». Развивать координацию движений.	25.09.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
12	Челночный бег 3x10 м. Прыжок в длину с места.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Повторить челночный бег 3x10 м. Повторить подвижную игру «Воробьи, вороны». Повторить прыжок в длину с места. Развивать выносливость.	26.09.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
13	Эстафетный бег	1	Урок открытия нового знания	Дать представление об эстафетном беге. Повторить разновидности бега. Подвижная игра «Вызов номеров!» Воспитывать внимание	30.09.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
14	Эстафетный бег. Прыжки и их связи с беговыми упражнениями	1	Урок открытия нового знания	Познакомить с беговыми упражнениями перед выполнением прыжков. Разучить прыжок вверх на двух ногах. Прыжки вправо, влево с мягким приземлением и с продвижением вперед. Повторить игру «Вызов номеров»	02.10.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
15	Игры и эстафеты	1	Урок отработки умений и рефлексии	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Соблюдать правила игры	03.10.24	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/
16	Игры и эстафеты	1	Урок отработки умений и рефлексии	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Соблюдать правила игры	07.10.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
17	Прыжки на двух и на одной ноге с продвижением вперед	1	Урок отработки умений и рефлексии	Повторить прыжки вверх на двух ногах. Разучить прыжки с продвижением вперед. Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Развивать прыгучесть. Произвольные прыжки в длину с места, приземляясь на обе ноги. Подвижная игра	09.10.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

				«Воробьи, вороны»		
	Подвижные игры с элементами спортивных игр	21ч.				
18	Инструктаж по Т.Б. Подвижные и спортивные игры. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Рассказать о спортивных играх, правила поведения на занятиях с мячами. Передача мяча в шеренге вправо, влево. Подбрасывание мяча вверх и ловля мяча на месте двумя руками. ОРУ. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей	10.10.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
19	Подвижные и спортивные игры. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Рассказать о спортивных играх, правила поведения на занятиях с мячами. Передача мяча в шеренге вправо, влево. Подбрасывание мяча вверх и ловля мяча на месте двумя руками. ОРУ. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей	14.10.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
20	Бросок мяча снизу на месте. Игра «Передача мячей в колоннах»	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Перекатывание мяча по кругу вправо, влево. Игра «Передача мячей в колоннах». Развитие координационных способностей	16.10.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
21	Бросок мяча снизу на месте. Игра «Передача мячей в колоннах»	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Перекатывание мяча по кругу вправо, влево. Игра «Передача мячей в колоннах». Развитие координационных способностей	17.10.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
22	Подвижные игры с элементами спортивных игр	1	Урок отработки умений и рефлексии	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	21.10.24	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/
23	Передача мяча снизу на месте. Удары мячом о пол и	1	Урок открытия нового знания	Изучить бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча	23.10.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

	ловля его двумя руками. Игра «Мяч соседу».			снизу на месте Передача мяча в шеренге вправо, влево Удары мячом о пол и ловля его двумя руками. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей.		
24	Передача мяча снизу на месте. Игра «Гонка мячей по кругу».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Удары мячом о пол и ловля его двумя руками передача мяча в колонне по одному вправо, влево. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	24.10.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
25	Подвижные игры с элементами спортивных игр	1	Урок отработки умений и рефлексии	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	06.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
26	Бросок мяча снизу на месте в щит. Передача мяча снизу на месте.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Передал – садись».	07.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
27	Бросок мяча снизу на месте в щит. Передача мяча снизу на месте. Игра «Выстрел в небо».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Выстрел в небо». Развитие координационных способностей.	11.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
28	Бросок мяча снизу на месте в щит. Передача мяча снизу на месте. Игра «Выстрел в небо».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Выстрел в небо». Развитие координационных способностей.	13.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
29	Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте	1	Урок открытия нового знания	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 1-3м. ОРУ.	14.11.24	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/

30	Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 1-3м Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	18.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
31	Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 1-3м Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	20.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
32	Ведение мяча на месте Игра «Мяч в обруч». Эстафеты с мячами.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационных способностей.	21.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
33	Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча снизу на месте. Игра «Не давай мяча водящему».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 1-3м Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяча водящему». Развитие координационных способностей.	25.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
34	Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча снизу на месте. Игра «Не давай мяча водящему».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 1-3м Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяча водящему». Развитие координационных способностей	27.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
35	Подвижные игры с элементами спортивных игр	1	Урок отработки умений и рефлексии	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности	28.11.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

36	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. Игра «Перестрелка».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 1-3м Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	02.12.24	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/
37	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. Игра «Перестрелка».	1	Урок открытия нового знания	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 1-3м Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка».	04.12.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
38	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. Игра «Перестрелка».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 1-3м Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	05.12.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
	Гимнастика с основами акробатики, подвижные игры	13ч.				
39	Инструктаж по Т.Б. Положение упор присев.	1	Урок открытия нового знания	Познакомить с правилами поведения на уроках гимнастики. Разучить положение упор присев. Переползание произвольным способом по гимнастическому мату, ра четвереньках. Переползание н четвереньках в медленном темпе по «коридору» 15-25см. Подлезание под препятствие головой вперед, с прогибанием позвоночника в	09.12.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

				горизонтальном положении. Разучить подвижную игру «Запрещённое движение». Развитие координации движений.		
40	Положение упор присев.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Разучить положение упор присев. Переползание произвольным способом по гимнастическому мату, ра четвереньках. Разучить подвижную игру «Запрещённое движение».	11.12.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
41	Переползание через скамейку	1	Урок отработки умений и рефлексии	Переползание произвольным способом по гимнастическому мату, ра четвереньках.	12.12.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
42	ОРУ на гимнастической скамейке. Прыжки через скакалку.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Подлезание под препятствие головой вперед, с прогибанием позвоночника в	16.12.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
43	Опорный прыжок. Наскок согнув ноги.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Подлезание под препятствие головой вперед, с прогибанием позвоночника в	18.12.24	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/
44	Опорный прыжок. Наскок согнув ноги.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Разучить подвижную игру «Запрещённое движение».	19.12.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
45	Сведения о режиме дня и личной гигиене, правильной осанке. Игра «Запрещённое движение».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Дать представление о режиме дня и личной гигиене, правильной осанке человека. Упражнение для формирования правильной осанки. Повторить положение упор присев. Подвижная игра «Запрещённое движение». Игры-эстафеты. Развивать координацию движений.	23.12.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
46	Положение «группировка».	1	Урок открытия нового знания	Разучить положение «группировка» (в приседе, сидя, лежа на спине). Положение прогнувшись, согнувшись в группировке. Разучить приставной	25.12.24	https://infourok.ru

				шаг. Повторить игру «Запрещённое движение» Развивать координацию движений.		
47	Положение «группировка». Значение физических упражнений для здоровья человека. Приставной шаг	1	Урок отработки умений и рефлексии	Положение «группировка» (в приседе, сидя, лежа на спине). Положение прогнувшись, согнувшись в группировке. Разучить приставной шаг. Повторить игру «Запрещённое движение» Развивать координацию движений. Познакомить с пользой утренней гимнастики. Разучить комплекс упражнений для утренней гимнастики. Повторить приставной шаг	26.12.24	https:// infourok.ru
48	Перекаты в «группировке».	1	Урок открытия нового знания	Разучить перекаты в группировке вперёд-назад. Повторить комплекс упражнений для утренней гимнастики. Разучить подвижную игру «Охотники и утки».	28.12.24	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
49	Перекаты в «группировке».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Перекаты в группировке вперёд-назад. Повторить комплекс упражнений для утренней гимнастики. Подвижная игра «Охотники и утки».	09.01.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
50	Упражнения на развитие равновесия. Подвижная игра «На свои места».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Уметь правильно выполнять упражнения на развитие равновесия: на месте, движения головы, ходьба по линии, между линиями(ширина 20 см). Ходьба по канату. Следовать при выполнении инструкциям учителя.	13.01.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
51	Упражнения на развитие равновесия. Подвижная игра «На свои места».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Уметь правильно выполнять упражнения на развитие равновесия: на месте, движения головы, ходьба по линии, между линиями(ширина 20 см). Ходьба по канату. Следовать при выполнении инструкциям учителя.	15.01.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

				Соблюдать правила. Подвижная игра «На свои места».		
	Лыжная подготовка	21ч.				
52	Инструктаж по Т.Б. Передвижение скользящим шагом.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Упражнять перекаты в группировке вперёд-назад. Повторить комплекс упражнений для утренней гимнастики. Разучить подвижную игру «Охотники и утки».	16.01.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
53	Поворот переступанием в движении. Скользкий шаг.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Уметь правильно захватывать различные по величине и форме предметов одной и двумя руками. Следовать при выполнении инструкциям учителя . Подвижная игра «Кто быстрее»	20.01.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
54	Поворот переступанием в движении. Попеременный двухшажный ход.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Уметь правильно захватывать различные по величине и форме предметов одной и двумя руками. Следовать при выполнении инструкциям учителя . Подвижная игра «Кто быстрее»	22.01.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
55	Передвижение попеременным двухшажным ходом.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Соблюдать правила игры,	23.01.25	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/
56	Спуск в основной стойке. Попеременный двухшажный ход.	1	Урок открытия нового знания	Ходьба по гимнастической скамейке (на ступнях, на носках) приставным шагом, вперед, назад, с высоким подниманием бедра, с предметом на голове, перешагивание через предметы.	27.01.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
57	Спуск в низкой стойке. Попеременный двухшажный ход	1	Урок отработки умений и рефлексии	Ходьба по гимнастической скамейке (на ступнях, на носках) приставным шагом, вперед, назад, с высоким подниманием бедра, с предметом на голове, перешагивание через	29.01.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

				предметы.		
58	Одновременный бесшажный ход.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Ходьба по гимнастической скамейке вперед, назад, с высоким подниманием бедра, с предметом на голове, перешагивание через предметы, перешагивание через предметы высотой до 20см. Подвижная игра «К своим флажкам»	30.01.25	https://multiurok.ru
59	Равномерное передвижение попеременным двухшажным и одновременно бесшажным ходом до 1000 м.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Соблюдать правила игры	03.02.25	https://multiurok.ru
60	Подъём «Полуёлочкой».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Изучить способы лазанья по скамейке. Следовать при выполнении инструкциям учителя.	05.02.25	https://multiurok.ru
61	Равномерное передвижение по дистанции.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Изучить способы лазанья по скамейке. Следовать при выполнении инструкциям учителя.	06.02.25	https://multiurok.ru
62	Равномерное передвижение по дистанции.	1	Урок открытия нового знания	Разучить лазанье по наклонной скамейке, в упоре стоя на коленях. Захват руками края скамейке. Упражнять перекаты в группировке вперёд-назад. Разучить подвижную игру «Гномы, великаны».	10.02.25	https:// www. Sport-ekspress.ru
63	Торможение «Плугом». Подвижная игра «Снежком в цель».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Разучить лазанье по наклонной скамейке, в упоре стоя на коленях. Захват руками края скамейке. Лазание по гимнастической стенке вверх (до определенной высоты) и вниз. Захват руками реек и постановка стоп. Упражнять перекаты в группировке вперёд-назад. Разучить подвижную игру «Гномы, великаны».	12.02.25	https:// www. Sport-ekspress.ru
64	Торможение «Упором».	1	Урок открытия	Разучить лазанье по наклонной	13.02.25	https:// www. Sport-

	Подвижная игра «Снежком в цель».		нового знания	скамейке в упоре присев. Разучить перекаты прогнувшись. Повторить подвижную игру «Гномы, великаны. Воспитывать внимание.		ekspress.ru
65	Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Разучить лазанье по наклонной скамейке в упоре присев. Разучить перекаты прогнувшись. Повторить подвижную игру «Гномы, великаны. Воспитывать внимание.	17.02.25	https// www. Sport-ekspress.ru
66	Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях Положение прогнувшись, согнувшись в группировке Повторить подвижную игру «Гномы, великаны», подвижная игра «Охотники и утки». Воспитывать внимание.	19.02.25	https// www. Sport-ekspress.ru
67	Спуски и подъёмы изученными способами.	1	Урок открытия нового знания	Разучить лазанье по гимнастической стенке разноимённым и одноимённым способом. Разучить перекаты прогнувшись. Подвижная игра «Передай мяч!». Воспитание смелости.	20.02.25	https// www. Sport-ekspress.ru
68	Спуски и подъёмы изученными способами. Подвижная игра «Слалом».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Лазанье вперед и назад по гимнастической скамейке, стоящей на полу. Лазанье по гимнастической стенке и наклонной скамейке разноимённым и одноимённым способом. «Достань мяч»	24.02.25	https// www. Sport-ekspress.ru
69	Равномерное передвижение.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Лазанье вперед и назад по гимнастической скамейке, стоящей на полу. Лазанье по гимнастической стенке и наклонной скамейке разноимённым и одноимённым способом. «Достань мяч»	26.02.25	https// www. Sport-ekspress.ru
70	Эстафеты и подвижные игры на лыжах	1	Урок открытия нового знания	Повторить Т.Б. Лазанье по гимнастической стенке разноимённым	27.02.25	https// www. Sport-ekspress.ru

				и одноимённым способом. Разучить перелезание через гимнастическую скамейку произвольным способом, через 2 скамейки, стоящие параллельно на расстоянии 30-50см Каты мяча по полу в парах. Разучить подвижную игру «Мышеловка». Развивать гибкость.		
71	Игры с коррекционной направленностью на развитие внимания и памяти.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Соблюдать правила игры	03.03.25	https:// infourok/ru
72	Перелезание через гимнастическую скамейку. Подвижная игра «Мышеловка».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Лазанье по гимнастической стенке разноимённым и одноимённым способом. Упражнять в перелезании через гимнастическую скамейку произвольным способом, через 2 скамейки, стоящие параллельно на расстоянии 30-50см Каты мяча по полу в парах. Разучить подвижную игру «Мышеловка». Развивать гибкость.	05.03.25	https:// infourok/ru
	Подвижные игры и элементы спортивных игр (волейбол, футбол)	9ч.				
73	Инструктаж по Т.Б. . Олимпийское движение в России (СССР). Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Стойки и передвижения в стойке.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Разучить перелезание произвольным способом через горку матов. Повторить перелезание через гимнастическую скамейку. Повторить подвижную игру «Мышеловка»	06.03.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
74	Передача мяча над собой. Игра в пионербол.	1	Урок отработки умений и	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Соблюдать	10.03.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

			рефлексии	правила игры.		
75	Передача мяча над собой. Игра в пионербол.	1	Урок открытия нового знания	Дать представления о личной гигиене школьника .Разучить вис лежа нанизкой перекладине. Повторить перелезание через горку матов. «Запрещённое движение». Развивать силу. Подвижная игра «Достань мяч»	12.03.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
76	Прием мяча после отскока от стены	1	Урок отработки умений и рефлексии	Танцевальные шаги (приставной) Полоса препятствий с элементами акробатики и гимнастики. Упражнения, направленные на развитие равновесия. Подвижная игра «Совушка».	13.03.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
77	Прием мяча после отскока от стены	1	Урок отработки умений и рефлексии	Танцевальные шаги (приставной) Полоса препятствий с элементами акробатики и гимнастики. Упражнения, направленные на развитие равновесия. Подвижная игра «Совушка».	17.03.25	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/
78	Приём и передача сверху двумя руками на месте.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Подлезание под препятствие с перекаtywанием мяча. Переползание через гимнастические обручи (3-4 обруча на расстоянии 50см) Подвижная игра «Волк во рву», «Два Мороза	19.03.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
79	Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Подлезание под препятствие с перекаtywанием мяча. Переползание через гимнастические обручи (3-4 обруча на расстоянии 50см) Подвижная игра «Волк во рву»	20.03.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
80	Приём и передача сверху двумя руками на месте в парах.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Применять полученные умения ползания, перелезания в игре препятствий. Согласовывать действия партнёров в игре.	24.03.25	https://sc.mil.ru
81	Приём и передача сверху двумя руками на месте в	1	Урок отработки умений и	Полоса препятствий с элементами акробатики и гимнастики.	26.03.25	https://sc.mil.ru

	парах.		рефлексии	Упражнения, направленные на развитие равновесия. Игры по выбору детей.		
	Лёгкая атлетика	21				
82	Инструктаж по Т.Б. Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Воробьи, вороны»	1	Урок открытия нового знания	Инструктаж по Т.Б. Совершенствовать прыжки вверх на двух ногах. Повторить прыжки с продвижением вперёд. Разучить прыжок в длину с места. Подвижная игра «Воробьи, вороны»	27.03.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
83	Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Кот и мыши»	1	Урок отработки умений и рефлексии	Упражнять в прыжках в длину с места. Совершенствовать прыжки вверх на двух ногах. Повторить прыжки с продвижением вперёд. Подвижная игра «Кот и мыши»	07.04.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
84	Прыжки через натянутую скакалку. Подвижная игра «Совушка»	1	Урок отработки умений и рефлексии	Прыжки через натянутую скакалку (высота-10-20 см). Подвижная игра «Совушка»	09.04.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
85	Прыжки через качающуюся скакалку. Броски набивного мяча (0,5 кг). Подвижная игра «У медведя во бору».	1	Урок открытия нового знания	Совершенствование прыжков через натянутую скакалку (высота-30-40 см). Прыжки через качающуюся скакалку. Разучить бросок набивного мяча (0,5 кг) от груди на дальность. Подвижная игра «У медведя во бору».	10.04.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
86	Прыжки через качающуюся скакалку. Броски набивного мяча (0,5 кг). Подвижная игра «У медведя во бору».	1	Урок отработки умений и рефлексии	Прыжки через натянутую скакалку (высота-30-40 см). Прыжки через качающуюся скакалку. Разучить бросок набивного мяча (0,5 кг) от груди на дальность. Подвижная игра «У медведя во бору».	14.04.25	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/
87	Броски набивного мяча (0,5 кг). Подвижная игра «Планеты»	1	Урок отработки умений и рефлексии	Игра «У медведя во бору». Упражнять в бросок набивного мяча (0,5 кг) от груди на дальность. Повторить прыжки через качающуюся скакалку. На одной, двух ногах, с ноги на ногу (стоя боком к скакалке). Разучить подвижную игру	16.04.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

				«Планеты»		
88	Подвижные игры и эстафеты.	1.	Урок отработки умений и рефлексии	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Соблюдать правила игры.	17.04.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
89	Прыжки через скакалку. Подвижная игра «Планеты»	1	Урок открытия нового знания	Правильное вращение скакалки. Пробегание под медленно вращающейся скакалкой -обучение Подвижная игра «Планеты», «Кот и мыши»	21.04.25	https://Wikipedia.org
90	Прыжок в высоту с места толчком одной ноги.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Правильное вращение скакалки. Пробегание под медленно вращающейся скакалкой. Подвижная игра «Планеты», «Кот и мыши»	23.04.25	https://www.gto.ru
91	Закаливание организма. Ходьба, с остановкой по сигналу учителя. Игры-эстафеты	1	Урок отработки умений и рефлексии	Познакомить с основными средствами закаливания. Разучить ходьбу, с остановкой по сигналу учителя. Игры-эстафеты.	24.04.25	https://Wikipedia.org
92	Прыжок в высоту с места толчком двух ног.	1	Урок открытия нового знания	Обучить прыжку в высоту с места толчком двумя ногами. Повторить бег из различных исходных положений. Повторить прыжок в высоту с места толчком двух ног. Подвижная игра «Волк во рву».	28.04.25	https://www.gto.ru
93	Контроль качества знаний по предмету «Физическая культура».	1	Урок открытия нового знания	Обучить прыжку в высоту с места толчком одной ноги. Прыжку в высоту с места толчком двумя ногами. Повторить бег из различных исходных положений. Подвижная игра «Мышеловка».	30.04.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/

94	Прыжки в высоту с места толчком одной ноги на разную высоту. Челночный бег 3x10 м.	1	Урок открытия нового знания	Повторить прыжок в высоту с места толчком одной ноги. Упражнять прыжкам в высоту с места толчком одной ноги на разную высоту. Повторить челночный бег 3x10 м. Разучить подвижную игру «Подними платок».	05.05.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
95	Метание теннисного мяча на дальность. Бег 30м.	1	Урок открытия нового знания	Обучить метанию теннисного мяча на дальность. Положение «высокий старт». Упражнять в беге на 30м. Подвижная игра «Третий лишний».	07.05.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
96	Метание теннисного мяча на дальность. Бег 30м.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Обучить метанию теннисного мяча на дальность. Положение «высокий старт».	12.05.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
97	Метание теннисного мяча на дальность. Бег 30м	1	Урок отработки умений и рефлексии	Упражнять в беге на 30м. Подвижная игра «Третий лишний».	14.05.25	https://sc.mil.ru https://resh.edu.ru/subject/32/1/
98	Метание теннисного мяча на дальность. Бег 30м	1	Урок отработки умений и рефлексии	Упражнять в беге на 30м. Подвижная игра «Третий лишний».	15.05.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
99	Бег на средние дистанции. Метание мяча на дальность.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Равномерный бег до 14 минут. Бег в гору.	19.05.25	https://resh.edu.ru/subject/32/1/
100	Бег на средние дистанции бег в гору.	1	Урок отработки умений и рефлексии	Равномерный бег до 14 минут. Бег в гору.	21.05.25	https://sc.mil.ru
101-102	Бег на средние дистанции. Метание мяча на дальность.	2	Урок отработки умений и рефлексии	Равномерный бег до 14 минут. Бег в гору. Преодоление препятствий. С/И.	22.05.25 26.05.25	https://sc.mil.ru

**Паспорт
фонда оценочных средств учебного предмета физическая культура
для обучающихся 2Б класса**

№	Раздел (тема)	Наименование оценочного средства	Источник оценочного средства*
1	Тема: Контроль качества знаний по предмету «Физическая культура».	Практическая работа	Проверка нормативов проводится в течении учебного года с целью контроля уровня физической подготовленности обучающихся на разных этапах обучения

Комплекты контрольно-оценочных средств

Класс	Уровень подготовленности					
	Мальчики			Девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 30 м (с)						
2	6,8 и ниже	7,5 – 6,9	7,6 и выше	7,0 и ниже	7,1-7.8	7,9 и выше
Челночный бег 3x10 м						
2	9,9 и ниже	10,8-10,3	11,2 и выше	10,2 и ниже	11,3-10,6	11,7 и выше
Подтягивания (кол-во раз)						
Мальчики на высокой перекладине, девочки на низкой перекладине из вися лежа, 90 см						
2	3 +	2	1 -	10 и выше	5-9	4 и ниже
Подъём туловища за 30 с (кол-во раз)						
2	15 и выше	12-14	11 и ниже	14 и выше	11-13	10 и ниже
Прыжок в длину с места (см)						
2	130 и выше	110-129	109 и ниже	120 и выше	105-119	100 и ниже
Приседание за 30 сек						

2	29	23-28	22	30	29-26	25 и ниже
Наклон вперед из положения сидя, см						
2	5 +	3	2 -	7 +	5	4 -