

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
г. Калининграда гимназия № 32

«Рассмотрено» на заседании кафедры эстетического цикла, технологии, ФК, ОБЖ и ИЗО Протокол № 2 от 17.08.2020 г.	«Согласовано» на заседании НМС МАОУ гимназии № 32  /Шеленкова Н.Ю./ ФИО зам. директора по НМР, УВР Протокол № 2 от 17.08.2020г.	Разрешена к применению приказом директора  МАОУ гимназии № 32 /Белякова В.Н./ Приказ № 77/2-ос от 17.08.20 г.
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА

по физической культуре 2 классы

Предмет, класс

Количество часов на год: 102 часа

Всего в неделю 3 часа.

Уровень базовый

г. Калининград
2020

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и ориентирована на использование учебника В.И. Ляха (М,: Просвещение).

1.Общая характеристика учебного предмета

Физическая культура -это обязательный учебный курс. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения – физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня, внеклассной работой по физической культуре, физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями – достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность. При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей школьника.

2.Цель обучения – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности и организации активного отдыха.

3.Задачи обучения:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- обучение методике движений;
- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений ориентирование в пространстве) и кондиционные (скоростные, скоростно-силовые, выносливость и гибкость) способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

4.Общая характеристика курса.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является формирование здорового образа жизни, развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими

упражнениями, а также реализация межпредметных связей. В целях дифференцированного и индивидуального подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся распределяются на три медицинские группы: основную, подготовительную, специальную. Обучающиеся относящиеся к подготовительной медицинской группе занимаются по программе для основной группы с учетом некоторых временных ограничений в объеме и интенсивности выполнения физических нагрузок. Обучающиеся относящиеся к специальной медицинской группе занимаются по облегченной программе, только при разрешении врача-педиатра и с учетом индивидуальных рекомендаций.

База и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов РФ, в том числе:

- требования к результатам освоения образовательной программы ООО, представленной в ФГОС НОО;
- концепции духовно-нравственного развития и воспитании личности гражданина;
- Законе РФ «Об образовании»;
- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.
- примерной программе начального общего образования;
- приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. №889.

5. МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ.

На предмет физическая культура во 2 классе отводится 102 часа, по 3 часа в неделю.

Программный материал делится на две части – базовую и вариативную. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура» в объеме 86 часов. Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм с элементами баскетбола, в том числе **внутрипредметный образовательный модуль «Игры народов мира» в количестве 16 часов, предоставляет возможность выстраивания системы межпредметных связей, интеграции основного и дополнительного образования.**

6. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта, данная рабочая программа для 2 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации; овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

7.Содержание курса.

1.1.Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.

1.1. Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека. Основные формы движения и расслабление мышц при выполнении упражнений. Изменение роста, веса и силы мышц.

1.2.Социально-психологические основы.

Влияние физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц.

1.3. Приемы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля.

Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приемы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения.

1.4. Подвижные игры.

Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.

1.5. Гимнастика с элементами акробатики.

Название снарядов и гимнастических элементов. Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц.

1.6. Легкоатлетические упражнения.

Понятия короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость, названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и в высоту. Техника безопасности на занятиях.

2. Демонстрировать

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30 м, с высокого старта с опорой на руку (сек)	6,5	7
Силовые	Прыжок в длину с места, см	130	125
	Сгибание рук в висе, лежа (количество раз)	5	4
Выносливость	Бег 1000 м	Без учета времени	
Координация	Челночный бег 3 x 10м (сек)	11	11,5

8. Ожидаемый результат реализации внутри предметного образовательного модуля «Игры народов мира»

- укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- развитие умений работать в коллективе, лидерских качеств;
- умение применять игры в самостоятельных занятиях.

9. Распределение учебных часов по разделам программы

№п/п	Вид программного материала	Количество часов
1	Базовая часть	86
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Подвижные и спортивные игры	26
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4	Легкая атлетика	21
1.5	Кроссовая подготовка	21
2.	Внутрипредметный образовательный модуль «Игры народов мира»	16
	ИТОГО	102

10. Тематическое планирование 2 класс

№ урока	Тема урока
Легкая атлетика -11 часов	
1.	Инструктаж по ТБ. Обучение бега на короткие дистанции. Ходьба по разметкам, с преодолением препятствий. Бег с ускорением до 20 м. Подвижная игра «Пятнашки».
2.	Обучение бега на короткие дистанции. Ходьба по разметкам, с преодолением препятствий. Бег с ускорением до 30 м. Челночный бег. Подвижная игра «Пятнашки».
3.	Обучение бега на короткие дистанции. Ходьба по разметкам, с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30). Челночный бег. Подвижная игра «Пустое место».
4.	Обучение бега на короткие дистанции. Ходьба по разметкам, с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30). Челночный бег. Подвижная игра «Пустое место».
5.	Обучение бега на короткие дистанции. Разновидности ходьбы. Бег с ускорением (60 м). Подвижная игра «Вызов номеров».
6.	Обучение прыжка с места. Челночный бег. Эстафеты. Игра «К Своим флажкам».
7.	Обучение прыжка в длину с разбега в 3-5 шагов. Челночный бег. Эстафеты. Игра «К Своим флажкам».
8.	Обучение прыжка в высоту (до 40 см). Челночный бег. Эстафеты. Игра

	«Прыгающие воробушки».	
9.	Обучение метания малого мяча. Метание малого мяча в горизонтальную цель(2х2м), с расстояния 4-5 м. Подвижная игра «К своим флажкам»	
10.	Обучение метания малого мяча. Метание малого мяча в вертикальную цель(2х2м), с расстояния 4-5 м. Метание набивного мяча (1 кг). Эстафеты.	
11.	Обучение метания малого мяча. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель(2х2м), с расстояния 4-5 м. Метание набивного мяча (1 кг). Эстафеты.	
Кроссовая подготовка (11 часов)		
12.	Понятие скорость бега. Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-50м, ходьба - 100м.). Подвижная игра «Третий лишний».	
13.	Понятие скорость бега. Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-50м, ходьба - 100м.). Подвижная игра «Третий лишний».	
14.	Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-50м, ходьба -100м.). Подвижная игра «Третий лишний».	
15.	Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-60м, ходьба -90м.). Подвижная игра «Пятнашки».	
16.	Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-60м, ходьба -90м.). Подвижная игра «Пустое место».	
17.	Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-60м, ходьба -90м.). Подвижная игра «Пустое место».	
18.	Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-60м, ходьба -90м.). Преодоление малых препятствий. Подвижная игра «Салки с выручкой».	
19.	Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-60м, ходьба -90м.). Преодоление малых препятствий. Подвижная игра «Салки с выручкой».	

20.	Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-60м, ходьба -90м.). Преодоление малых препятствий. Подвижная игра «Рыбаки и рыбки».	
21.	Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-60м, ходьба -90м.) Преодоление малых препятствий. Подвижная игра «Рыбаки и рыбки».	
22.	Обучение бега по пересеченной местности. Равномерный бег (8 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-60м, ходьба -90м.) Преодоление малых препятствий. Подвижная игра «День и ночь».	
Внутрипредметный модуль (5 часов)		
23.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
24.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
25.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
26.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
27.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
Гимнастика с элементами акробатики -18 часов.		
28.	Инструктаж по ТБ. Изучение акробатической комбинации:кувырок вперед, стойка на лопатках,согнув ноги. Кувырок в сторону. Подвижная игра «Запрещенное движение».	
29.	Ознакомление с названием гимнастических снарядов. Обучение акробатической комбинации: кувырок вперед, стойка на лопатках,согнув ноги. Кувырок в сторону. Подвижная игра «Запрещенное движение».	
30.	Совершенствование акробатической комбинации: кувырок вперед, стойка на лопатках,согнув ноги. Кувырок в сторону. Подвижная игра «Фигуры».	
31.	Обучение перестроения из колонны по одному в колонну по два. Совершенствование акробатической комбинации: стойка на лопатках,согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Подвижная игра «Фигуры».	
32.	Обучение перестроения из колонны по одному в колонну по два. Совершенствование акробатической комбинации: стойка на лопатках,согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Подвижная игра «Светофор».	
33.	Обучение перестроения из колонны по одному в колонну по два.	

	Совершенствование акробатической комбинации: стойка на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Подвижная игра «Светофор».	
34.	Обучение перестроения из колонны по одному в колонну по два. Изучение вися стоя и лежа. Игра «Змейка».	
35.	Совершенствование перестроения из колонны по одному в колонну по два. Вис стоя и лежа. Игра «Змейка».	
36.	Совершенствование перестроения из колонны по одному в колонну по два. Вис стоя и лежа. Игра «Слушай сигнал».	
37.	Изучение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». Совершенствование в вися спиной на гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Игра «Слушай сигнал».	
38.	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». Совершенствование в вися спиной на гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в вися. Игра «Ветер, дождь, гром, молния».	
39.	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». Совершенствование в вися спиной на гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в вися. Игра «Ветер, дождь, гром, молния».	
40.	Изучение лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка».	
41.	Совершенствование лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Иголочка и ниточка».	
42.	Совершенствование лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Кто приходил».	
43.	Обучение перешагивания через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на скамейке гимнастической. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, гимнастическую скамейку. Игра «Слушай сигнал».	
44.	Совершенствование перешагивания через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на скамейке гимнастической. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, гимнастическую скамейку. Игра «Слушай сигнал».	

Внутрипредметный модуль 3 часа)		
45.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
46.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
47.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
Подвижные игры (26 часов)		
48.	Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафеты. Игра «К своим флажкам». «Два мороза».	
49.	Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафеты. Игра «К своим флажкам». «Два мороза».	
50.	Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафеты. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод».	
51.	Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафеты. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод».	
52.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Гуси — лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты.	
53.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Гуси — лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты.	
54.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты.	
55.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты.	
56.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Веревочка под ногами», «Вызов номеров». Эстафеты.	
57.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Веревочка под ногами», «Вызов номеров». Эстафеты.	
58.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Конники-спортсмены», «Западня». Эстафеты.	
59.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Конники-спортсмены», «Западня». Эстафеты.	
60.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты.	

61.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты.	
62.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	
63.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты.	
64.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.	
65.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Лисы и куры» «Точный расчет». Эстафеты.	
66.	Обучение ловли и передачи мяча в движении. Броски в цель (мишень). Игра «Попади в обруч».	
67.	Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). Игра «Попади в обруч».	
68.	Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). Игра «Попади в обруч».	
69.	Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). Игра «Попади в обруч».	
70.	Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). Игра «Попади в обруч».	
71.	Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). Игра «Предал - садись».	
72.	Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). Игра «Предал - садись».	
73.	Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (щит). Игра «Мяч среднему».	
	Внутрипредметный модуль (4 часа)	
74.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира» Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Школа мяча».	
75.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира» Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Гонка мячей по кругу».	

76.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
77.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира» Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Школа мяча».	
	Кроссовая подготовка (10часов)	
78.	Развитие выносливости. Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -50 м, ходьба 100м). Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний».	
79.	Развитие выносливости. Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -50 м, ходьба 100м). Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний».	
80.	Развитие выносливости. Равномерный бег (5-6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -50 м, ходьба 100м). Преодоление малых препятствий. Игра «Пятнашки».	
81.	Развитие выносливости. Равномерный бег (5-6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -50 м, ходьба 100м). Преодоление малых препятствий. Игра «Пятнашки».	
82.	Развитие выносливости. Равномерный бег (7-8 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -60 м, ходьба 90м). Преодоление малых препятствий. Игра «Два Мороза».	
83.	Развитие выносливости. Равномерный бег (7-8 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -60 м, ходьба 90м). Преодоление малых препятствий. Игра «Два Мороза».	
84.	Развитие выносливости. Равномерный бег (8 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -70 м, ходьба 80м). Преодоление малых препятствий. Игра «Вызов номеров».	
85.	Развитие выносливости. Равномерный бег (8-9 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -60 м, ходьба 90м). Преодоление малых препятствий. Игра «Два Мороза».	
86.	Развитие выносливости. Равномерный бег (8-9 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -60 м, ходьба 90м). Преодоление малых препятствий. Игра «Два Мороза».	
87.	Развитие выносливости. Равномерный бег (8-9 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -60 м, ходьба 90м). Преодоление малых препятствий. Игра «Два Мороза».	

Легкая атлетика (10 ч).		
88.	Обучение бега на короткие дистанции. Бег с ускорением (30 м.). Челночный бег. Игра «Команда быстроногих».	
89.	Обучение бега на короткие дистанции. Бег с ускорением (30 м.). Челночный бег. Игра «Команда быстроногих».	
90.	Обучение бега на короткие дистанции. Бег с ускорением (30 м.). Челночный бег. Игра «Вызов номеров».	
91.	Обучение бега на короткие дистанции. Бег с ускорением (30 м.). Челночный бег. Игра «Вызов номеров».	
92.	Обучение прыжка с места. Эстафеты. Челночный бег. Игра «Волк во рву».	
93.	Обучение прыжка в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. Челночный бег. Эстафеты. Игра «Удочка».	
94.	Обучение прыжка в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. Челночный бег. Эстафеты. Игра «Резиночка».	
95.	Обучение метания малого мяча в горизонтальную мишень (2x2 м) с расстояния 4-5 шагов. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит».	
96.	Обучение метания малого мяча в горизонтальную мишень (2x2 м) с расстояния 4-5 шагов. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит».	
97.	Обучение метания малого мяча в вертикальную цель (2x2 м) с расстояния 4-5 шагов. Метание набивного мяча. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит».	
98.	Совершенствование метания малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. Эстафеты.	
Внутрипредметный модуль (4 часа)		
99.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира» Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Школа мяча».	
100.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира» Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Гонка мячей по кругу».	
101.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»	
102.	Внутрипредметный модуль «Игры народов мира» Обучение ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой.	

11. Материально-техническое обеспечение

1. Библиотечный фонд:

- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- издания по физической культуре для учителей примерные программы по учебному предмету (Физическая культура 1-4 классы);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И.Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

2. Демонстрационные учебные пособия: плакаты методические, портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Экранно-звуковые пособия: аудиозаписи для проведения гимнастических комплексов, проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников.

Технические средства обучения: два компьютера, с выходом в локальные сети Интернет,

- многофункциональное лазерное устройство (принтер, цифровой копир, цветной сканер),
- плазменная панель d-102 см,
- DVD-проигрыватель,
- музыкальный центр с усилителем, колонками, микрофонами и микшерным пультом,
- цифровая видеокамера;
- цифровой фотоаппарат,
- электронное табло.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

Гимнастика. Стенка гимнастическая, козел гимнастический, мост гимнастический подкидной, канат для лазания с механизмом крепления, маты гимнастические, акробатическая дорожка, палка гимнастическая, скакалка гимнастическая, обруч гимнастический.

Легкая атлетика. Планка и стойки для прыжков в высоту, флажки разметочные, конусы сетка для переноса малых мячей для метания, рулетка измерительная, дорожка разметочная для метания малого мяча.

Спортивные игры. Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой, щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой, мячи баскетбольные (разных размеров, согласно возрастным критериям). Стойки для мячей универсальные, жилетки игровые, стойки волейбольные универсальные, волейбольные мячи, табло перекидное, электронное табло. насос, теннисный стол, теннисные ракетки.

Измерительные приборы: динамометр ручной, КМД «Здоровый ребенок», спирометр, станова, тонометр и фонендоскоп.

Средства первой помощи: аптечка медицинская.

Спортивные залы (кабинеты): спортивный зал, мягкий модульный центр, зал ритмики., кабинет учителя, подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования.

Пришкольный стадион (площадка): легкоатлетическая дорожка, сектор для прыжков в длину, игровое поле для мини-футбола, площадка игровая баскетбольная, площадка игровая волейбольная, гимнастический городок, полоса препятствий.

12. Список литературы.

1. В.И.Лях Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. /В.И.Лях, А.А.Зданевич // М. «Просвещение» 2016, 128 с.
2. В.И.Лях, А.А.Зданевич – Физическая культура. Рабочие программы. Комплексна программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Волгоград: Учитель, 2016. – 169 с.
3. В.И.Лях Физическая культура, 1-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М. «Просвещение» 2017, 25 с.
4. В.И.Лях, Л.Б.Кофман, Г.Б.Мейксон Физическая культура 1-11 классы. Волгоград «Учитель» 2007, 183 с.
5. А.П.Матвеев Физическая культура начальные классы (1-4) М. «Просвещение» 2012,25 с.
6. М.В.Видякин Спортивные праздники и мероприятия в школе. Спортивные и подвижные игры. Волгоград «Учитель» 2007, 173 с
7. В.С.Кузнецов, А.Г.Колодницкий. Методика обучения основным двигательным видам движений на уроках физической культуры в школе. М. Владос 2005
8. Настольная книга учителя физической культуры: справочно-методическое пособие / сост. Б.И.Мишин. – М. ООО «Изд-во АСТ»: «Изд-во Астрель», 2003 – 526 с.
9. Примерная программа начального образования по физической культуре: Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А.П.Матвеева. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / А.П.Матвеев. – М.: Просвещение, 2011. – 63 с.
- 10.Подвижные игры 1-4 классы /Авт. Сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО

Учебно-информационные ресурсы

Электронный адрес	Название сайта
Http://www.school.edu.ru	Федеральный российский общеобразовательный портал
http://www.edu.ru	Федеральный портал «Российское образование»
http://www.km.ru	Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий»
http://www.uroki.ru	Образовательный портал «Учеба»
http://www.uroki.net/docfizcult.htm	Сайт «УРОКИ.НЕТ» (уроки для учителя)
http://www.courier.com.ru	Электронный журнал «Курьер образования»
http://www.vestnik.edu.ru	Электронный журнал «Вестник образования»
http://www.1september.ru	Издательский дом «1 сентября»

http://www.sovsportizdat.ru	Издательский дом «Советский спорт»
http://teacher.fio.ru	Федерация Интернет образования
http://www.russiatourism.ru/	Федеральное агентство по туризму (Ростуризм)
http://lib.sportedu.ru	Электронный каталог центральной отраслевой библиотеки по физической культуре.
http://lib.sportedu.ru/tpfk/	Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»
http://minstm.gov.ru	Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации
Http://www.fizkulturavshkole.ru/	Сайт «Физическая культура в школе»
Http://www.shkola-press.ru	Журнал «Физическая культура в школе»
Http://federalbook.ru/projects/sport/sport.html	Федеральный справочник «Спорт России»
ttp://www.informika.ru http://www.ed.gov.ru	Министерство образования РФ
http://teacher.fio.ru	Педагогическая мастерская, уроки в интернет и др.
http://edu.secna.ru/main	Новые технологии в образовании.
http://ru.wikipedia.org	Википедия. Свободная энциклопедия
http://sprintexpress.ru	Информационный сайт легкой атлетики
http://fizkultura.ru/sci/mobile_game/53	сайт «Физкульт-ура»»
http://fizkultura-na5.ru/	Сайт учителей физкультуры «Физкультура на «5»
www.sochi2014.com	Официальный сайт зимний Олимпийских игр и Паралимпийских игр в Сочи 2014
http://spo.1september.ru/	Сайт «Я иду на урок физкультуры»
http://zdd.1september.ru/	газета «Здоровье детей»
http://www.trainer.h1.ru/	Сайт учителя физической культуры
http://spo.1september.ru/	Газета «Спорт в школе»

http://www.gto.ru	Официальный сайт ВФСК «ГТО»
http://www.it-n.ru	Сеть творческих учителей/сообщество учителей ФК
http://sportlaws.infosport.ru	Образовательные ресурсы по физической культуре
http://festival.1september.ru/	Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»

Технические средства обучения и учебное оборудование

- комплект оборудования для гимнастики;
- комплект оборудования для ОФП;
- комплект оборудования для легкой атлетики;
- комплект оборудования для баскетбола;
- комплект оборудования для волейбола.