

ПРИНЯТО

На Педагогическом совете
Протокол № 1 от 31.08.2022

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 313
_____ В.Ю.Морозова
Приказ № 395 от 31.08.2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЛЯ 2Г КЛАССА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
(ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ)
2022-2023 учебный год

Разработал(а)
учитель физической культуры
Афанасьева А. Г.

Санкт-Петербург

2022 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура». На его изучение во 2г классе для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с задержкой психического развития) выделяется 2 часа в неделю из обязательной части учебного плана (всего 2 часа в неделю, 68 часов в год).

Используемый учебно-методический комплект

УМК обучающегося: Лях В.И. Физическая культура.1-4кл.-М.:Просвещение,2019.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» 2класс для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с задержкой психического развития)

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
- основы мотивации учебной деятельности и личностного смысла учения, понимание необходимости расширения знаний, интерес к освоению новых знаний и способов действий;
- положительное отношение к обучению физкультурой;
- понимание причин успеха в учебной деятельности;

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД

владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
- в диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

- Осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.)

Предметные результаты

- владение знаниями по истории и развитию спорта и олимпийского движения.
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Учащиеся получают возможность научиться:

В циклических и ациклических локомоциях: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, прыжках; с максимальной скоростью бега до 60 м по дорожке стадиона, другой ровной открытой местности; бег в равномерном темпе до 10 мин; быстро стартовать из различных исходных положений; сильно отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после быстрого разбега с 7-6 шагов; лазать по гимнастической лестнице, гимнастической стенке, канату и др. на расстояние 4 м; преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий; прыгать в высоту с прямого и бокового разбега с 7-9 шагов; прыгать с поворотами на 180° - 360°; совершать опорные прыжки на горку с гимнастических матов, коня, козла; проплывать 25 м.

В метаниях на дальность и на меткость: метать не большие предметы массой 150 г на дальность из разных исходных положений (стоя, с колена, сидя) правой и левой рукой (с места и с 1-3 шагов разбега); толкать набивной мяч массой 1 кг с одного шага; попадать малым мячом внутрь гимнастического обруча, установленного на расстоянии 10 м для мальчиков и 7 м для девочек.

В гимнастических и акробатических упражнениях: ходить, бегать и прыгать при изменении длины, частоты и ритмы движения; выполнять строевые упражнения, рекомендованные комплексной программой для учащихся 1-4 классов; принимать основные положения и осуществлять движения рук, ног, туловища без предметов и с предметами (большим и малым мячами, палкой, обручем, набивным мячом массой 1 кг, гантелями массой 0.5-2 кг с соблюдением правильной осанки); слитно выполнять кувырок вперед и назад; осуществлять прыжок с мостика на козла или коня высотой 100 см и выполнять прыжок на маты с поворотом вправо или влево; уверенно ходить по бревну высотой 50-100 см с выполнением стоя и в приседе поворотов на 90° и 180°, приседаний и переходов в упор присев, стоя на колене, сидя; выполнять висы и упоры, рекомендованные комплексной программой для учащихся 1-4 классов; прыгать через

скакалку, стоя на месте, вращая её вперёд и назад; в положении наклона туловища вперёд (ноги в коленях не сгибать) касаться пальцами рук поля.

В единоборствах: осуществлять простейшие единоборства «Бой петухов», «Часовые и разведчики», «Перетягивание в парах», «Выталкивание из круга».

В подвижных играх: уметь играть в подвижных играх с бегом, прыжками, метаниями; элементарно владеть мячом: держание, передача на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребёнка, типа «Пионербол», «Борьба за мяч», «Перестрелка», мини-футбол, мини-гандбол, мини-баскетбол.

Физическая подготовленность: показывать результаты не ниже чем средний уровень основных физических способностей (см. таблицу).

Формы обучения

Освоение программы возможно с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Формы уроков при обучении с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения:

При дистанционном обучении приемлемы несколько основных форм:

- Видеообучение. (Видеоуроки, Видеокурс. Видеолекция)

Видеообучение — одна из форм дистанционного обучения. Представляет собой набор систематически подобранных видеоуроков по какой-либо теме, снятых с озвучиванием на видеокамеру, либо записанных с экрана монитора с помощью специальных программ для захвата видео (напр. CamStudio). Для повышения наглядности нередко применяется компьютерная анимация, в т.ч. интерактивная. Распространяются по сети через тематические сайты, или через почту на переносных носителях информации (DVD, переносные жёсткие диски).

Видеоуроки вписываются в определённые рамки, это изучения нового материала; совершенствования знаний, умений, навыков. Или урок закрепления изучаемого материала, урок повторения, урок систематизации и обобщения нового материала. Оценивать можно самому себя или отдельно, вне рамок видеообучения. Здесь реализуется, как правило, индивидуальная форма обучения. Хотя, возможно показать видеоурок или видеолекцию группе обучающихся.

Видеолекция это такой вид занятия, форма которого индивидуальная и групповая. Тип урока – Урок изучения нового материала и формирования и первичного закрепления новых знаний, урок повторения, урок систематизации и обобщения нового материала.

Видеолабораторная или видеопрактическая работа онлайн. Форма занятия индивидуальная и групповая. Тип урока комбинированный: Урок формирования и первичного закрепления новых знаний, урок обучения умениям и навыкам, урок повторения, урок систематизации и обобщения нового материала.

Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с задержкой психического развития)

Промежуточная аттестация осуществляется в соответствии с Положением о форме, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ГБОУ СОШ № 313, принятом на Общем собрании ГБОУ СОШ № 313 (протокол № 2 от 04.02.2019) и утвержденном приказом директора № 43 от 05.02.2019.

Промежуточная аттестация проводится начиная со второго класса.

Формы контроля

Для отслеживания динамики результативности учащихся применяются различные формы контроля: промежуточная и итоговая сдача нормативов; самостоятельные работы; фронтальный и индивидуальный опрос; творческие задания (комплексы упражнений, ору).

При осуществлении дистанционного обучения в рабочую программу вносятся изменения в график проверочных и контрольных работ, а также в формы текущего контроля. Кроме того, возможно изменение сроков и форм проведения промежуточной аттестации по предмету.

Обучающиеся в заранее установленные сроки с помощью e-mail (личные почты преподавателей, официальная почта Учреждения, социальные сети и др.) присылают выполненные задания по предметам на проверку. При затруднениях при выполнении работы, получают консультацию учителя при помощи электронных ресурсов, проводят работу над ошибками.

Для оценки результатов познавательной деятельности учащихся в дистанционном обучении применяются следующие формы контроля:

Тестирование в условиях ДО.

Однозначные и воспроизводимые оценки способны дать лишь объективные методы контроля. Это средство, которое позволяет выявить уровень и качество усвоения. Следует учесть, что исследование состояния контроля знаний студентов с применением тестовых измерителей выявило определенные проблемы при использовании тестов: недостаточное качество и валидность содержания тестовых заданий, ненадежность результатов тестирования, недостатки обработки результатов по классической теории тестов, отсутствие использования современной теории обработки тестовых материалов с применением вычислительной техники. Высокая погрешность измерения тестовых результатов не позволяет говорить о высокой надежности результатов измерения.

Тестирование может быть массовым, охватывать большое количество учащихся одновременно. При этом сразу возникает проблема оперативной автоматической обработки большого количества тестов. При использовании современных компьютерных технологий и телекоммуникаций эта проблема может быть решена.

Анкетирование.

Для проведения оперативного контроля при дистанционном обучении также очень удобно использовать разнообразные анкеты, рассылаемые учащимся в определенные сроки. В анкете не должно быть лишних вопросов, поскольку необходимо экономить время это ряд вопросов, на которые опрашиваемый должен дать ответы. Анкета является достаточно гибким инструментом, поскольку вопросы можно задавать множеством различных способов.

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включёнными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Оценка успеваемости по физической культуре в производится на общих основаниях и включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов. Учитывая психологические особенности детей, следует глубже аргументировать выставление той или иной оценки, шире привлекать учащихся к оценке своих достижений и достижений товарищей. Оценка должна стимулировать активность подростка, интерес к занятиям физической культурой, желание улучшить собственные результаты. В этой связи при оценке успеваемости учитель должен в большей мере ориентироваться на темпы продвижения ученика в развитии его двигательных способностей, поощрять его стремление к самосовершенствованию, к углублению знаний в области физической культуры и ведению здорового образа жизни.

Учитель должен обеспечить каждому ученику одинаковый доступ к основам физической культуры, опираться на широкие и гибкие методы и средства обучения для развития учащихся с разным уровнем двигательных и психических способностей. На занятиях по физической культуре следует учитывать интересы и склонности детей.

Итоговая отметка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть, за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

1. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За ответ, в котором:	За тот же ответ, если:	За ответ, в котором:	За непонимание и:
Учащийся демонстрирует понимание сущности материала; используя в деятельности.	В нём содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.	Отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.	Не знание материала программы.

2. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений, комбинированный метод.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За выполнение, в котором:	За тоже выполнение, если:	За выполнение, в котором:	За выполнение, в котором:
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, чётко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

3. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Учащийся умеет: - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги.	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.

4. Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания,	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста.	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту.	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей

которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определённый период времени.			физической подготовленности.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	------------------------------

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определённую трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий даёт основание учителю для выставления высокой оценки.

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, лёгкой атлетике – путём сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные trimestры с учётом общих оценок по разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Учебные нормативы по физической культуре 2 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7
Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладоням и пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА 2 КЛАСС

Знания о физической культуре

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

Способы физической деятельности

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Организуемые команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

Легкая атлетика

Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.

Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веребочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Вариативная часть

Подвижные игры с элементами баскетбола

Правила игры. Игровые приемы. Эстафеты с мячами.

В случае введения ограничительных мер, предупреждающих распространение коронавирусной инфекции (дополнительные выходные дни, переход на дистанционное обучение, сокращение продолжительности дистанционного урока) рабочая программа корректируется. Изменения отражаются в листе корректировки рабочей программы. В этом случае предусматриваются меры, предупреждающие невыполнение программы посредством:

– укрупнения дидактических единиц в тематическом планировании;

– сокращения часов на проверочные работы;

– оптимизации домашних заданий.

При этом не допускается уменьшения объема часов за счет полного исключения раздела из программы.

Тематическое планирование

№	Разделы	Название темы	2класс
1	Базовая часть		58
1.1	Раздел 1.Знания о физической культуре	Знания о физической культуре	в процессе уроков
1.2	Раздел 2.Способы физкультурной деятельности	Способы физкультурной деятельности	в процессе уроков
1.3	Раздел 3.Физическое совершенствование:	Легкая атлетика	13
		Кроссовая подготовка	13
		Гимнастика	14
		Подвижные игры	13
		Общеразвивающие физические упражнения	в процессе уроков
2	Вариативная часть		10
2.1		Подвижные игры с элементами баскетбола	10
	Повторение		5
	Всего часов		68

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Д – демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);

К – полный комплект (для каждого ученика);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

П – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1	Основная литература для учителя	
2	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д
1.2	Лях В.И. Физическая культура.1-4кл.-М.:Просвещение,2019.	Д
1.3	Дополнительная литература для учителя	
2	Дополнительная литература для обучающихся	
2.1	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	Д
3	Технические средства обучения	
3.2	Музыкальный центр	Д

3.3	Аудиозаписи	Д
3.4	Плакаты методические	Д
4	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование	
4.1	Козел гимнастический	П
4.2	Канат для лазанья	П
4.3	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
4.4	Мячи: набивные весом 1кг, 2кг, баскетбольные, волейбольные, футбольные	К
4.5	Палка гимнастическая	К
4.6	Скакалка детская	К
4.7	Мат гимнастический	П
4.8	Гимнастический подкидной мостик	Д
4.9	Кегли	К
4.10	Обруч пластиковый детский	Д
4.12	Флажки разметочные	Д
4.13	Рулетка измерительная	К
4.14	Аптечка	Д
4.15	Измерительные приборы	П

**ПОУРОЧНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2Г КЛАСС
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (ДЛЯ
УЧАЩИХСЯ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ) (102 ЧАСА)**

№п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания урока	Основные понятия	Вид контроля, измерители
1.	1,09		Разновидности ходьбы. Бег с ускорением (20 м).	1	Вводный	Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (20 м). Игра «Пятнашки». ОРУ.	Ходьба. Бег с ускорением.	Текущий
2.	6,09		Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м).	1	Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Пятнашки». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Ходьба. Челночный бег.	Текущий
3.	7,09		Ходьба с преодолением препятствий. Челночный бег.	1	Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Пустое место». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Прыжки.	Текущий
4	8,09		Ходьба с преодолением препятствий. Челночный бег.	1	Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Пустое место». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Прыжки.	Текущий
5	13,09		Разновидности ходьбы. Бег с ускорением	1	Комплексный	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением (60 м). Игра «Вызов номера». ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей	Прыжки.	Текущий
6	14,09		Прыжки с поворотом и на месте	1	Изучение нового материала	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Прыжки.	Текущий
7	15,09		Прыжок в длину с разбега	1	Комплексный	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Прыжки.	Текущий
8	20,09		Прыжок с высоты.	1	Комплексный	Прыжок с высоты (до 40 см). ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Прыжки.	Текущий
9	21,09		Метание малого мяча в горизонтальную цель	1	Изучение нового материала	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2 x 2 м) с расстояния 4-5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Защита укрепления»	Метание.	Текущий
10	22,09		Метание малого мяча в вертикальную цель	1	Комплексный	Метание малого мяча в вертикальную цель (2 x 2 м) с расстояния 4—5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления». Развитие скоростно- силовых способностей	Метание.	Текущий
11	27,09		Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель	1	Комплексный	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2 x 2 м) с расстояния 4—5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	Метание.	Текущий
12.	28,09		Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (3 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 50 м, ходьба -100 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
13.	29,09		Равномерный бег. Преодоление малых препятствий.	1	Комплексный	Равномерный бег (3 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 50 м, ходьба -100 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
14.	4,10		Равномерный бег. Преодоление	1	Комплек	Равномерный бег (4 мин). ОРУ.	Чередован	Текущий

№п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания урока	Основные понятия	Вид контроля, измерители
			малых препятствий.		сный	Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 50 м, ходьба - 100 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	ие ходьбы и бега.	
15.	5,10		Равномерный бег (4 мин.). Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (4 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Чередование ходьбы и бега.	
16.	6,10		Равномерный бег (5 мин.). Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (5 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
17.	11,10		Равномерный бег (5 мин.). Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (5 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
18.	12,10		Равномерный бег (6 мин.). Преодоление малых препятствий.	1	Комплексный	Равномерный бег (6 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Салки с выручкой»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
19.	13,10		Равномерный бег (6 мин.). Преодоление малых препятствий.	1	Комплексный	Равномерный бег (6 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Салки с выручкой»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
20.	18,10		Равномерный бег (7 мин.). Преодоление малых препятствий.	1	Комплексный	Равномерный бег (7 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
21.	19,10		Равномерный бег (7 мин.). Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (7 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
22.	20,10		Равномерный бег (8 мин.). Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «День и ночь»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
23.	25,10		Равномерный бег (8 мин.). Преодоление малых препятствий	1	Комплексный	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «День и ночь»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
24.	26,10		Равномерный бег (9 мин.). Преодоление малых препятствий	1	Комплексный	Равномерный бег (9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 70 м, ходьба - 80 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Команда быстроногих»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
25.	27,10		Равномерный бег (9 мин.). Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 70 м, ходьба - 80 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Команда быстроногих»	Чередование ходьбы и бега.	Текущий
26.	8,11		Кувырки, стойка на лопатках. Строевые упражнения.	1	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ. Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей.	Строевые приемы. Кувырок.	Текущий
27.	9,11		Кувырки, стойка на лопатках. Строевые упражнения.	1	Совершенствования	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей.	Строевые приемы. Кувырок.	Текущий

№п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания урока	Основные понятия	Вид контроля, измерители
						Название гимнастических снарядов		
28.	10,11		Кувырки, стойка на лопатках. Строевые упражнения.	1	Совершенство	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей	Строевые приемы. Кувырок.	Текущий
29.	15,11		Стойка на лопатках, пережат вперед.	1	Совершенство	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей	Строевые приемы. Кувырок.	Текущий
30.	16,11		Стойка на лопатках, пережат вперед.	1	Совершенство	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Светофор». Развитие координационных способностей	Строевые приемы. Кувырок.	Текущий
31.	17,11		Стойка на лопатках, пережат вперед.	1	Комплексный	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Светофор». Развитие координационных способностей	Строевые приемы. Кувырок.	Текущий
32.	22,11		Висы. Вис стоя и лежа. Строевые упражнения.	1	Изучение нового материала	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Строевые приемы. Висы. Равновесие	Текущий
33.	23,11		Висы. Вис стоя и лежа. Строевые упражнения.	1	Совершенство	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Строевые приемы. Висы. Равновесие	Текущий
34.	24,11		Висы. Вис стоя и лежа с выполнением упражнений. Строевые упражнения.	1	Совершенство	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей	Строевые приемы. Висы. Равновесие	Текущий
35.	29,11		Упражнения в вися спиной к гимнастической стенке. Строевые упражнения.	1	Совершенство	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В вися спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. ОРУ с предметами. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей	Строевые приемы. Висы. Равновесие	Текущий
36.	30,11		Упражнения в вися спиной к гимнастической стенке. Строевые упражнения.	1	Совершенство	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В вися спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивания в вися. ОРУ с предметами. Игра «Ветер, дождь, гром, молния». Развитие силовых способностей	Строевые приемы. Висы. Равновесие	Текущий
37.	1,12		Вис на согнутых руках. Подтягивания в вися	1	Учетный	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В вися спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивания в вися. ОРУ с предметами. Игра «Ветер, дождь, гром, молния». Развитие силовых способностей	Строевые приемы. Висы. Равновесие	Подтягивание: «5» – 5; «4» – 3; «3» – 1. Отжимание от скамейки: «5» – 16; «4» – 11; «3» – 6
38.	6,12		Лазание различными способами по гимнастической скамейке	1	Изучение нового материала	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Лазание.	Текущий
39.	7,12		Лазание различными способами по гимнастической скамейке	1	Совершенство	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Лазание.	Текущий
40.	8,12		Лазание различными способами по гимнастической скамейке	1	Комплексный	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Кто	Лазание.	Текущий

№п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания урока	Основные понятия	Вид контроля, измерители
						приходил?». Развитие координационных способностей		
41.	13,12		Стойки и ходьба на бревне. Перелезание через коня, бревно.	1	Комплексный	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей	Лазание.	Текущий
42.	14,12		Стойки и ходьба на бревне. Перелезание через коня, бревно.	1	Комплексный	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей	Лазание.	Текущий
43.	15,12		Стойки и ходьба на бревне. Перелезание через коня, бревно.	1	Совершенствования	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей	Лазание.	Текущий
44.	20,12		Подвижные игры, развивающие внимание и быстроту.	1	Комплексны	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
45.	21,12		Подвижные игры, развивающие внимание и быстроту.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
46.	22,12		Подвижные игры, развивающие внимание и быстроту.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
47.	27,12		Подвижные игры, развивающие внимание и быстроту.	1	Комплексный	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
48.	10,01		Подвижные игры, развивающие скорость и выносливость.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
49.	11,01		Подвижные игры, развивающие скорость и выносливость.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
50.	12,01		Подвижные игры, развивающие меткость и силу.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
51.	17,01		Подвижные игры, развивающие меткость и силу.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
52.	18,01		Подвижные игры, развивающие координацию и внимание.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Веровочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
53.	19,01		Подвижные игры, развивающие координацию и внимание.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Веровочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
54.	24,01		Подвижные игры, развивающие быстроту и внимание.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Западня», «Конники-спортсмены». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
55.	25,01		Подвижные игры, развивающие быстроту и внимание.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Западня», «Конники-спортсмены». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые	Текущий

№п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания урока	Основные понятия	Вид контроля, измерители
							приемы.	
56.	29,01		Подвижные игры, развивающие скорость и выносливость.	1	Комплексный	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
57.	31,01		Подвижные игры, развивающие скорость и выносливость.	1	Совершенствования	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
58.	1,02		Подвижные игры, развивающие быстроту и внимание.	1	Совершенствования	ОРУ в движении. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
59.	2,02		Подвижные игры, развивающие скорость и выносливость.	1	Комплексный	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
60.	7,02		Подвижные игры, развивающие координацию и быстроту.	1	Совершенствования	ОРУ в движении. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
61.	8,02		Подвижные игры, развивающие координацию и быстроту.	1	Совершенствования	ОРУ в движении. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	Правила игры. Игровые приемы.	Текущий
62.	9,02		Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель.	1	Изучение нового материала	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Бросок мяча. Ловля мяча.	Текущий
63	14,02		Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Бросок мяча. Ловля мяча.	Текущий
64	15,02		Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Передал - садись», «Мяч - среднему». Развитие координационных способностей	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча.	Текущий
65	16,02		Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Передал - садись», «Мяч - среднему». Развитие координационных способностей	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча.	Текущий
66	21,02		Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча.	Текущий
67	22,02		Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей.	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча.	Текущий
68	28,02		Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей.	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча.	Текущий
69	1,03		Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (<i>кольцо, щит, мишень</i>).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (<i>кольцо, щит, мишень</i>). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей.	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча. Ведение мяча. Правила игры.	Текущий

№п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания урока	Основные понятия	Вид контроля, измерители
70	2,03		Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча. Ведение мяча. Правила игры.	Текущий
71	7,03		Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей.	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча. Ведение мяча. Правила игры.	Текущий
72	9,03		Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей.	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча. Ведение мяча. Правила игры.	Текущий
73	14,03		Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Школа мяча». Развитие координационных способностей.	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча. Ведение мяча. Правила игры.	Текущий
74	15,03		Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Школа мяча». Развитие координационных способностей.	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча. Ведение мяча. Правила игры.	Текущий
75	16,03		Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	1	Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Бросок мяча. Ловля мяча. Передача мяча. Ведение мяча. Правила игры.	Текущий
76	21,03		Бег по пересеченной местности. Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий	1	Комплексный	Равномерный бег (3 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 50 м, ходьба - 100 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
77	22,03		Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий	1	Комплексный	Равномерный бег (4 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 50 м, ходьба - 100 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
78	23,03		Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (5 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 50 м, ходьба - 100 м). Преодоление малых	Равномерный бег. Чередование	Текущий

№п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания урока	Основные понятия	Вид контроля, измерители
						препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	ие ходьбы, бега.	
79	4,04		Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий	1	Комплексный	Равномерный бег (6 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 60 м, ходьба - 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Два мороза»	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
80	5,04		Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (6 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 60 м, ходьба - 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Два мороза»	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
81	6,04		Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий	1	Комплексный	Равномерный бег (7 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 70 м, ходьба - 80 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Вызов номеров»	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
82	11,04		Равномерный бег (8 мин). Чередование ходьбы и бега	1	Комплексный	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 70 м, ходьба - 80 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Вызов номеров»	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
83	12,04		Разновидности ходьбы. Бег с ускорением	1	Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Основные движения в ходьбе и беге.	Текущий
84	13,04		Бег с ускорением. Бег с ускорением	1	Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Основные движения в ходьбе и беге.	Текущий
85	18,04		Бег с ускорением. Челночный бег.	1	Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Вызов номера». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Основные движения в ходьбе и беге.	Текущий
86	19,04		Бег с ускорением. Челночный бег.	1	Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Вызов номера». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Основные движения в ходьбе и беге.	Текущий
87	20,04		Прыжки с поворотом и с места	1	Комплексный	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. ОРУ. Игра «Волк во рву». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Основные движения в прыжках.	Текущий
88	25,04		Прыжки в длину и высоту с разбега.	1	Комплексный	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ. Игра «Удочка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Основные движения в прыжках.	Текущий
89	26,04		Прыжки в длину и высоту с разбега.	1	Комплексный	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ. Игра «Резиночка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Основные движения в прыжках.	Текущий
90	27,04		Метание мяча в горизонтальную мишень	1	Комплексный	Метание малого мяча в горизонтальную мишень (2 х 2 м) с расстояния в 4-5 м. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей	Метание.	Текущий
91	2,05		Метание мяча в вертикальную цель	1	Комплексный	Метание малого мяча в вертикальную цель (2 х 2 м) с расстояния в 4-5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей	Метание.	Текущий
92	3,05		Метание мяча на дальность отскока от пола и стены	1	Комплексный	Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Метание.	Текущий

№п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания урока	Основные понятия	Вид контроля, измерители
93	4,05		Подвижные игры, совершенствующие навыки в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	Комплексный	ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие координационных способностей	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
94	10,05		Подвижные игры, совершенствующие навыки в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	Комплексный	ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие координационных способностей	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
95	11,05		Подвижные игры, совершенствующие навыки в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	Комплексный	ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие координационных способностей	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
96	16,05		Подвижные игры, совершенствующие навыки в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	Комплексный	ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие координационных способностей	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
97	17,05		Подвижные игры, совершенствующие навыки в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	Комплексный	ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие координационных способностей	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега.	Текущий
98	18,05		Повторение	1		Повторение. ОРУ. Подвижные игры		
99	23,05		Повторение	1		Повторение. ОРУ. Подвижные игры		
100	24,05		Повторение	1		Повторение. ОРУ. Подвижные игры		
101	25,05		Повторение	1		Повторение. ОРУ. Подвижные игры		
102	23,02 пр		Повторение	1		Повторение. ОРУ. Подвижные игры		
Всего часов				102				