

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Автономная некоммерческая общеобразовательная организация
«Санкт-Петербургская Гуманитарная Школа «РОСТ»
Выборгского административного района
Санкт-Петербурга

«Принято»

Педагогический совет
Протокол № 12 от «25» августа 2022г.

«Утверждено»

Директор школы:
/ Макарова Н.Н./

Приказ № 30 от «25» августа 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета
«Физическая культура»

для 2 класса основного общего образования на 2022-2023 учебный год

Составитель:
Даниловский В.А.

Санкт-Петербург 2022

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрено решением ФУМО от 02.06.2020 г.).

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности

обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

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

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

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

Формы, периодичность и порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся происходят на основании «Положения о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся СПБГШ «РОСТ».

Входной контроль проводится в начале учебного года в форме контрольной работы по теоретическому и практическому материалу за предыдущий учебный год. Цель входного контроля - зафиксировать начальный уровень подготовки ученика, имеющиеся у него знания, умения и навыки, связанные с предстоящей деятельностью. Он позволяет определить исходный уровень знаний и умений учащихся, чтобы использовать его как фундамент, ориентироваться на допустимую сложность учебного материала.

Текущий контроль - это систематическая проверка и оценка образовательных результатов ученика по конкретным темам на отдельных уроках. Контроль проводится на каждом уроке. Возможные формы текущего контроля: устный фронтальный опрос,

индивидуальный опрос, взаимоконтроль, физический диктант, самостоятельная работа, тестирование, лабораторная работа, практическая работа, решение задач, творческая работа, мини-проект. Текущий контроль проводится с целью проверки усвоения изучаемого программного материала; содержание определяются учителем с учетом степени сложности изучаемого материала, а также особенностей, обучающихся класса.

По окончании изучения каждого раздела проводится тематический контроль в форме контрольной работы по теоретическому и практическому материалу данного раздела.

Промежуточная аттестация (итоговый контроль) проводится в конце учебного года.

Места учебного предмета в учебном плане

Согласно учебному плану АНОО СПбГШ «РОСТ» в 2022-2023 учебном году на изучение физической культуры во 2 классе отводится 2 ч в неделю (68 часов за год).

Описание учебно-методического обеспечения образовательной деятельности

Обязательные учебные материалы для ученика

«Физическая культура», Лях В.И. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2017.

Методические материалы для учителя

1. «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы», В.И. Лях, А.А. Зданевич; Москва: «Просвещение», 2011
2. Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 1—4 классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций/В. И. Лях. — 9-е изд. — М. : Просвещение, 2021. —64 с
3. «Справочник учителя физической культуры», П.А.Киселев, С.Б.Киселева; - Волгоград: «Учитель», 2008

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет

<https://www.gto.ru/> ВФСК ГТО

<https://multiurok.ru/files/osnovy-obucheniia-fizichieskoi-kul-turie-v-nachal.html>

Основы обучения физической культуре в начальных классах

<https://infourok.ru/programma-kursa-legkaya-atletika-klassi-3917099.html> Программа

курса «Легкая атлетика»

<https://infourok.ru/metanie-malogo-myacha-na-urokah-fizicheskoi-kultury-v-nachalnoj-shkole-4244087.html> Метание малого мяча на уроках физической культуры в начальной школе

<https://multiurok.ru/files/basketbol-kompleks-uprazhnenii.html> Баскетбол. Комплекс упражнений.

<https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2017/09/07/kompleks-uprazhneniy-dlya-obucheniya-igre-v-voleybol> Комплекс упражнений для обучения игре в пионербол

<https://www.madwave.ru/world/madwave-akademiya/uprazhneniya/trenirovka-v-bassejne-s-doskoj-dla-plavania> Тренировка в бассейне с доской для плавания

Содержание учебного предмета

Знания о физической культуре. Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности. Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при

поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка. Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом; спуск с небольшого склона в основной стойке; торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

Тематическое планирование

№ п/п	Модуль (глава)	Примерное количество часов	Используемые ЭОР
1	Подвижные игры на основе баскетбола	13	https://multiurok.ru/files/basketbol-kompleks-uprazhnenii.html
2	Подвижные игры на основе пионербола	7	https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2017/09/07/kompleks-uprazhneniy-dlya-obucheniya-igre-v-voleybol
3	Гимнастика с элементами акробатики	16	https://infourok.ru/programma-kursa-legkaya-atletika-klassi-3917099.html
4	Легкоатлетические упражнения	32	https://infourok.ru/programma-kursa-legkaya-atletika-klassi-3917099.html
	Итого	68	

Планируемые результаты изучения учебного предмета

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной

деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности. Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании второго года обучения, учащиеся научатся: *познавательные УУД:*

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закалывающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения;

коммуникативные УУД:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности;

регулятивные УУД:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);

- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим учащимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

Предметные результаты

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного предмета «Физическая культура»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

К концу обучения во втором классе обучающийся научится:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой; в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом; спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Контроль	Планируемые результаты обучения			Дата проведения	
			Предметные	Метапредметные	Личностные	план	факт
Легкоатлетические упражнения (16 часов)							
1	Правила техники безопасности на уроках физической культуры.	Водный	Правила ТБ на уроках л/а. Подвижная игра «Пятнашки».	Р. Учится применять установленные правила. П. Учится контролировать и оценивать свои действия, поведение. К. Учится формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.	02.09	
2	Высокий старт. Бег 30 м.	Текущий	Бег с ускорением (30м). Игра «Пятнашки».	Р. Учится удерживать учебную задачу и применять	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение	07.09	

				<p>установленные правила.</p> <p>П. Учитя контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>К. Учитя осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия</p>	не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
3	Бег на результат 30 м.	Текущий	<p>Оценить бег 30м.</p> <p>Подвижная игра «Второй лишний».</p>	<p>Р. Учитя удерживать учебную задачу и применять установленные правила.</p> <p>П. Учитя контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>К. Учитя осуществлять</p>	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.	09.09	

				взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия			
4	Челночный бег. Эстафеты.	Текущий	Бег с ускорение 3*10м. Эстафеты.	<p>Р. Учитя организации рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>П. Учитя использовать общие приемы решения задач.</p> <p>К. Учитя формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.</p>	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация –умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	14.09	
5	Тестирование: челночный бег 3*10м.	Текущий	Оценить челночный бег 3*10м	<p>Р. Учитя применять установленные правила и сличать способы действия и его результаты с заданным эталоном.</p> <p>П. Учитя</p>	Внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе.	16.09	

				использовать общие приемы решения задач К. Учитя осуществлять взаимный контроль, и оказывать в сотрудничестве взаимопомощь.			
6	Прыжок в длину с места.	Текущий	Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Удочка».	Р. Учитя умению организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности. П. Учитя оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К. Учитя формированию способов позитивного взаимодействия со сверстниками.	Самоопределение – осознание ответственности человека за общее благополучие.	21.09	

7	Прыжок в длину с места.	Текущий	Оценить прыжок в длину с места.	<p>Р. Учится применять установленные правила и сличать способы действия и его результаты с заданным эталоном.</p> <p>П. Учится использовать общие приемы решения задач</p> <p>К. Учится осуществлять взаимный контроль, и оказывать в сотрудничестве взаимопомощь.</p>	Эмпирия как понимание чувств других людей и сопереживание им.	23.09	
8	Прыжок в длину с разбега.	Текущий	Прыжок в длину с разбега. Подвижная игра «Удочка».	<p>Р. Учится применять установленные правила и сличать способы действия и его результаты с заданным эталоном.</p> <p>П. Учится использовать общие приемы решения задач</p>	Внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе.	28.09	

				К. Учитя осуществлять взаимный контроль, и оказывать в сотрудничестве взаимопомощь.			
9	Прыжок в длину с разбега.	Текущий	Оценить прыжок в длину с разбега.	Р. Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. П. Выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К. Формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.	Эмпирия как понимание чувств других людей и сопереживание им.	30.09	
10	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.	Текущий	Научится метать мяч.	Р. Применять установленные правила в планировании способа решения задачи.	Самоопределение – осознание ответственности человека за общее	05.10	

				<p>П. Контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений.</p> <p>К. Задавать вопросы, обращаться за помощью.</p>	благополучие.		
11	Метание малого мяча в горизонтальную цель.	Текущий	Оценить технику метания мяча в горизонтальную цель.	<p>Р. Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.</p> <p>П. Ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p>К. Формулировать свои затруднения.</p>	Самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.	07.10	
12	Метание малого мяча в вертикальную цель.	Текущий	Оценить технику метания мяча в вертикальную цель.	Р. Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных	Внутренняя позиция ученика на основе	12.10	

				<p>характеристик.</p> <p>П. Выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p>К. Формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.</p>	<p>положительного отношения к школе.</p>		
13	Равномерный бег 3 мин.	Текущий	Бег в равномерном темпе. Подвижная игра «Бездомный заяц»	<p>Р. Вносить коррективы в выполнение правильных действий, упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</p> <p>П. Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p>К. обращаться за</p>	<p>Самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.</p>	14.10	

				помощью, вести устный диалог.			
14	Равномерный бег 4 мин.	Текущий	Бег в равномерном темпе. Игра «Пограничники и парашютисты».	Р. Выполнять учебные действия в материализованной форме. П. Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждения, обобщать.	Самоопределение – осознание ответственности человека за общее благополучие.	19.10	
15	Равномерный бег 5 мин.	Текущий	Бег в равномерном темпе. Подвижная игра «Гусь и утки».	Р. Выполнять учебные действия в материализованной форме. П. Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждения, обобщать.	Внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе.	21.10	
16	Равномерный бег 6 мин.	Текущий	Бег в равномерном темпе. Подвижная	Р. Предвидеть уровень усвоения знаний, его	Самоопределение – готовность и способность	26.10	

			игра «Пятнашки».	временных характеристик. П. Выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К. Формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.	обучающихся саморазвитию.		
Гимнастика с элементами акробатики (16 часов)							
17	Техника безопасности на уроке физической культуры, когда идет гимнастика. Прыжки через скакалку.	Текущий	Техника безопасности на уроке физической культуры, когда идет гимнастика. Прыжки через скакалку. Подвижная игра «Вызов».	Р. Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. П. Анализ информации. К. Задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности.	Самоопределение – осознание ответственности человека за общее благополучие.	09.11	
18	Прыжки через	Текущий	Оценить прыжки	Р. Предвидеть	Смыслообразование	11.11	

	скакалку.		через скакалку за 1 мин.	уровень усвоения знаний, его временных характеристик. П. Анализ информации. К. Задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности.	– адаптированная мотивация учебной деятельности.		
19	ОРУ с г/палкой. Развитие силовых способностей.	Текущий	Разгибание рук в упоре лёжа, упражнения на пресс, вис стоя и лёжа. Подвижная игра «Прыжки челноком».	Р. Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действия. П. Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. К. Оценивать собственное	Нравственно-этическая ориентация –этические потребности, ценности, чувства.	16.11	

				поведение и поведение окружающих.			
20	ОРУ с г/палкой. Развитие силовых способностей.	Текущий	Круговая тренировка	Р. Формировать и удерживать учебную задачу; предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. П. Выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К. Формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.	Смыслообразование – адаптированная мотивация учебной деятельности.	18.11	
21	Поднимание туловища из положения лежа на спине.	Текущий	Оценить выполнение упражнений на пресс за 30 сек. Подвижная игра «Поезд».	Р. Преобразовывать познавательную задачу в практическую. П. Самостоятельно создавать алгоритмы	Нравственно-этическая ориентация –этические потребности, ценности, чувства.	23.11	

				<p>деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p>К. Строить понятные для партнера высказывания.</p>			
22	Разгибание рук в упоре лёжа.	Текущий	<p>Оценить сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (кол-во раз). Подвижная игра «Воробы и вороны».</p>	<p>Р. Применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p>П. Осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p>К. Проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.</p>	<p>Самоопределение – готовность и способность обучающихся саморазвитию.</p>	25.11	

23	Строевые упражнения.	Текущий	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам.	Р. Учитя применять установленные правила. П. Учитя контролировать и оценивать свои действия, поведение. К. Учитя формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.	Смыслообразование – адаптированная мотивация учебной деятельности.	30.11	
24	Строевые упражнения.	Текущий	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Подвижная игра «Вызов»	Р. Использовать установленные правила в контроле способа решения. П. ставить и формулировать проблемы. К. договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Самоопределение – осознание ответственности человека за общее благополучие.	02.12	
25	Лазанье по	Текущий	Лазанье по	Р. Адекватно	Нравственно-	07.12	

	наклонной скамейке в упоре присев, в упоре на коленях и лежа на животе.		наклонной скамейке в упоре присев, в упоре на коленях и лежа на животе. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координации.	воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действия. П. самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. К. Оценивать собственное поведение и поведение окружающих.	этическая ориентация –этические потребности, ценности, чувства.		
26	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре на коленях и лежа на животе. Игра «Иголочка и ниточка».	Текущий	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре на коленях и лежа на животе. Игра «Иголочка и ниточка».	Р. Формировать и удерживать учебную задачу; предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. П. Выбирать наиболее	Смыслообразование – адаптированная мотивация учебной деятельности.	09.12	

				<p>эффективные способы решения задач.</p> <p>К. Формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.</p>			
27	Перекаты и группировка с последующей опорой руками.	Текущий	Перекаты и группировка с последующей опорой руками.	<p>Р. Осуществлять пошаговый и итоговый результаты.</p> <p>П. Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p>К. Предлагать помощь в сотрудничестве; осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение.</p>	Самоопределение – готовность и способность обучающихся саморазвитию.	14.12	
28	Перекаты и	Текущий	Перекаты и	Р. Формулировать и	Самоопределение –	16.12	

	группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед.		группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Подвижная игра «Бездомный заяц».	удерживать учебную задачу. П. использовать общие приемы решения задач. К. ставить вопросы и обращаться за помощью.	осознание ответственности человека за общее благополучие.		
29	Оценить технику кувырка вперед.	Текущий	Оценить технику кувырка вперед. Подвижная игра «Вызов».	Р. Учится применять установленные правила. П. Учится контролировать и оценивать свои действия, поведение. К. Учится формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.	Нравственно-этическая ориентация –этические потребности, ценности, чувства.	21.12	
30	Стойка на лопатках. Мост из положения, лежа на спине.	Текущий	Стойка на лопатках. Мост из положения, лежа на спине. Подвижная игра	Р. Учится удерживать учебную задачу и применять установленные	Смыслообразование – адаптированная мотивация учебной	23.12	

			«Земля-воздух».	<p>правила.</p> <p>П. Учитя контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>К. Учитя осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.</p>	деятельности.		
31	Стойка на лопатках. Мост из положения, лежа на спине.	Текущий	Оценить технику стойки на лопатках. Подвижная игра «Поезд».	<p>Р. Учитя удерживать учебную задачу и применять установленные правила.</p> <p>П. Учитя контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>К .Учитя осуществлять взаимный контроль,</p>	Самоопределение – готовность и способность обучающихся саморазвитию.	11.01	

				адекватно оценивать свои действия.			
32	Развитие силовых способностей.	Текущий	Развитие силовых способностей. Подвижная игра «Земля-воздух».	Р. Учитя удерживать учебную задачу и применять установленные правила. П. Учитя контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. К. Учитя осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях.	13.01	
Подвижные игры на основе баскетбола(13 часов)							
33	Техника безопасности на уроке физической культуры, когда идет баскетбол.	Текущий	Инструктаж по ТБ. Ведение мяча. Подвижная игра «Передал - садись».	Р. Учитя составлять план и последовательность действий, адекватно	Самоопределение – внутренняя позиция школьника	18.01	

	Ведение мяча на месте.			<p>воспринимать предложение учителя по исправлению допущенных ошибок.</p> <p>П. Учитя создавать алгоритмы деятельности при решении учебных задач.</p> <p>К. Учитя определять общую цель и пути ее достижения.</p>	<p>на основе положительного отношения к уроку физической культуры.</p>		
34	Ведение мяча на месте без зрительного контроля.	Текущий	Разучить ведение мяча на месте без зрительного контроля. Игра «Мяч соседу».	<p>Р. Учитя удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. Адекватно воспринимать предложения товарищей и учителя по регулировке действий.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях.</p>	20.01	

				<p>П. Учитя контролироваться и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>К. Учитя осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия</p>			
35	Ведение мяча без зрительного контроля.	Текущий	Разучить ведение мяча без зрительного контроля. Игра «Гонка мяча по кругу».	<p>Р. Учитя применять установленные правила.</p> <p>П. Учитя контролировать и оценивать свои действия, поведение.</p> <p>К. Учитя формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.</p>	Самоопределение – проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой.	25.01	
36	Ведение мяча.	Текущий	Оценить технику	Р. Вносить	Самоопределение –	27.01	

			<p>ведения мяча. Игра «Выстрел в небо».</p>	<p>необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты.</p> <p>П. Подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков.</p> <p>К. Определять общую цель и пути ее достижения; строить высказывание.</p>	<p>внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.</p>		
37	Ловля и передача мяча. Ведение мяча в движении.	Текущий	<p>Разучить ловлю и передачу мяча. Игра «Мяч - среднему».</p>	<p>Р. Использовать установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>П. Ставить и формулировать проблемы.</p> <p>К. Договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<p>Самоопределение – готовность и способность к саморазвитию.</p>	01.02	

38	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча в движении.	Текущий	Совершенствовать ведение мяча. Игра «Выстрел в небо».	Р. Преобразовывать практическую задачу в образовательную. П. Осознанно строить сообщения в устной форме. К. Формулировать свои затруднения.	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях.	03.02	
39	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча в движении.	Текущий	Оценить технику ловли и передачи мяча.	Р. Вносить дополнения и изменения в план действий. П. Использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К. Координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Самоопределение – готовность и способность к саморазвитию.	08.02	
40	Ловля и передача мяча. Ведение мяча	Текущий	Разучить бросок мяча в кольцо.	Р. Ориентироваться в разнообразии	Самоопределение –	10.02	

	в движении. Бросок мяча в кольцо.		Игра «Охотники и утки».	способов решения задач. П. Использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К. Определять цели, функции участников, способы взаимодействия.	внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.		
41	Передача мяча одной рукой от плеча. Броски мяча в кольцо.	Текущий	Разучить передачу мяча одной рукой. Игра «Мяч в обруч».	Р. Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действия. П. Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного	Самоопределение – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешности учебной	15.02	

				характера. К. Оценивать собственное поведение и поведение окружающих.	деятельности.		
42	Передача мяча одной рукой от плеча. Броски мяча в кольцо. Броски мяча в кольцо.	Текущий	Разучить передачу мяча одной рукой от плеча. Игра «Мяч в обруч».	Р. Учитя составлять план и последовательность действий, адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению допущенных ошибок. П. Учитя создавать алгоритмы деятельности при решении учебных задач. К. Учитя определять общую цель и пути ее достижения.	Самоопределение – готовность и способность к саморазвитию.	17.02	

43	Ведение мяча с изменением направления.	Текущий	Оценить технику ведения мяча с изменением направления.	<p>Р. Адекватно воспринимать предложения товарищей и учителя по регулировке действий.</p> <p>П. Учится контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>К. Учится осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия</p>	<p>Самоопределение – проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой.</p>	22.02	
44	Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в кольцо.	Текущий	Разучить ведение мяча с изменением направления. Игра «Не давай мяч водящему».	<p>Р. Учится применять установленные правила и сличать способ действия и его результат с заданным эталоном, с целью обнаружения</p>	<p>Самоопределение – проявляют положительное отношение к школе, к занятиям</p>	01.03	

				отклонений и отличий от эталона. П. Учится контролировать и оценивать процесс и результат деятельности К. Учится адекватно оценивать собственное поведение.	физической культурой.		
45	Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в кольцо.	Текущий	Разучить ведение мяча с изменением направления. Игра «Не давай мяч водящему».	Р. Учится составлять план и последовательность действий, адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению допущенных ошибок. П. Учится создавать алгоритмы деятельности при решении учебных	Самоопределение – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешности учебной	03.03	

				задач. К. Учитя определять общую цель и пути ее достижения.	деятельности.		
Подвижные игры на основе пионербола(7 часов)							
46	Техника безопасности на уроке физической культуры, когда идет пионербол.	Текущий	Техника безопасности на уроке физической культуры, когда идет пионербол. Передача и ловля мяча.	Р. Стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач. П. Самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. К. Формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Самоопределение – готовность и способность к саморазвитию.	10.03	

47	Передача и ловля мяча.	Текущий	Разучить разновидности ловли и передачи мяча. Игра «Перестрелка».	<p>Р. Учитяся удерживать учебную задачу и применять установленные правила.</p> <p>П. Учитяся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>К. Учитяся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия</p>	<p>Самоопределение – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки.</p> <p>Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>	15.03	
48	Передача и ловля мяча через сетку.	Текущий	Оценить технику выполнения ловли мяча. Игра «Перестрелка» (с 4 мячами).	<p>Р. Учитяся удерживать учебную задачу и применять установленные правила.</p> <p>П. Учитяся контролировать и оценивать свои действия во время</p>	<p>Самоопределение – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку</p>	17.03	

				<p>выполнения команд учителя.</p> <p>К. Учитя осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия</p>	<p>физической культуры.</p>		
49	Подача мяча через сетку.	Текущий	Разучить подачу мяча через сетку.	<p>Р. Учитя удерживать учебную задачу и применять установленные правила.</p> <p>П. Учитя контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>К. Учитя осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия</p>	<p>Самоопределение – готовность и способность к саморазвитию.</p>	22.03	
50	Подача мяча через	Текущий	Разучить подачу	Р. Стабилизировать	Самоопределение –	05.04	

	сетку одной рукой.		мяча через сетку одной рукой. Игра «Перестрелка»	<p>эмоциональное состояние для решения различных задач.</p> <p>П. Самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера.</p> <p>К. Формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	<p>внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.</p>		
51	Правила игры в пионербол.	Текущий	<p>Игра в пионербол.</p> <p>Расстановка игроков, переходы во время игры.</p> <p>Игра «Пионербол».</p>	<p>Р. Учится применять установленные правила.</p> <p>П. Учится контролировать и оценивать свои действия, поведение.</p> <p>К. Учится</p>	<p>Самоопределение – готовность и способность к саморазвитию.</p>	07.04	

				формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.			
52	Игра «Пионербол».	Текущий	Игра «Пионербол».	<p>Р. Вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты.</p> <p>П. подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков.</p> <p>К. определять общую цель и пути ее достижения; строить высказывание.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях.</p>	12.04	
Легкоатлетические упражнения(16 часов)							
53	Техника	Текущий	Техника	Р. Использовать	Самоопределение –	14.04	

	безопасности на уроке физической культуры, когда идет легкая атлетика.		безопасности на уроке физической культуры, когда идет легкая атлетика. Прыжок в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги».	установленные правила в контроле способа решения. П. ставить и формулировать проблемы. К. договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	установка на здоровый образ жизни.		
54	Прыжок в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги».	Текущий	Совершенствовать прыжок в высоту. Игра «Удочка», «Прыжки по полоскам».	Р. Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. П. Выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К. Формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях.	19.04	

55	Прыжок в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги».	Текущий	Оценить технику выполнения прыжка в высоту. Игра «Удочка», «Прыжки по полоскам».	<p>Р. Применять установленные правила в планировании способа решения задачи.</p> <p>П. Контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений.</p> <p>К. Задавать вопросы, обращаться за помощью.</p>	<p>Самоопределение – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.</p>	21.04	
56	Прыжок в длину с места и разбега.	Текущий	Прыжок в длину с места. Игра «Парашютисты».	<p>Р. Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.</p> <p>П. Ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях.</p>	26.04	

				К. Формулировать свои затруднения.			
57	Прыжок в длину с места.	Текущий	Оценить прыжок с места. Игра «Кузнечики».	Р. Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. П. Выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К. Формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.	Самоопределение – установка на здоровый образ жизни.	28.04	
58	Прыжок в длины с разбега.	Текущий	Оценить прыжок в длины с разбега. «Кузнечики».	Р. Учится применять установленные правила и сличать способы действия и его результаты с заданным эталоном. П. Учится использовать общие приемы	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях.	03.05	

				<p>решения задач</p> <p>К. Учитя осуществлять взаимный контроль, и оказывать в сотрудничестве взаимопомощь.</p>			
59	Метание малого мяча на дальность.	Текущий	Оценить технику метания мяча в вертикальную цель. Игра «Снайперы».	<p>Р. Учитя удерживать учебную задачу и применять установленные правила.</p> <p>П. Учитя контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>К. Учитя осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия</p>	Самоопределение – установка на здоровый образ жизни.	05.05	
60	Метание малого мяча на дальность.	Текущий	Оценить технику метания мяча на	Р. Учитя применять	Нравственно-этическая	10.05	

			дальность. Игра «Снайперы».	<p>установленные правила и сличать способы действия и его результаты с заданным эталоном.</p> <p>П. Учится использовать общие приемы решения задач</p> <p>К. Учится осуществлять взаимный контроль, и оказывать в сотрудничестве взаимопомощь.</p>	ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях.		
61	Высокий старт. Бег 30 м, 60 м.	Текущий	Высокий старт. Бег 30 м, 60 м. Подвижная игра «Пятнашки маршем».	<p>Р. Учится организации рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>П. Учится использовать общие приемы решения задач.</p> <p>К. Учится поддерживать друг друга.</p>	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной деятельности.	12.05	

62	Высокий старт. Бег 30 м, 60 м.	Текущий	Оценить бег 30 м. Игра «Смена сторон».	Р. Учитяся умению организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности. П. Учитяся оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К. Учитяся формированию способов позитивного взаимодействия.	Самоопределение – установка на здоровый образ жизни.	17.05	
63	Челночный бег 3x10м.	Текущий	Челночный бег 3x10м. Игра «Третий лишний».	Р. Применять установленные правила в планировании способа решения задачи. П. Контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной деятельности.	19.05	

				упражнений. К. Задавать вопросы, обращаться за помощью.			
64	Челночный бег 3x10м.	Текущий	Оценить челночный бег 3*10м. Игра «От линии до линии».	Р. Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. П. Выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К. Формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.	Самоопределение – установка на здоровый образ жизни.	19.05	
65	Равномерный бег 3 мин.	Текущий	Бег в равномерном темпе. Подвижная игра «Бездомный заяц»	Р. Применять установленные правила в планировании способа решения задачи. П. Контролировать	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной	24.05	

				и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. К. задавать вопросы, обращаться за помощью.	деятельности.		
66	Равномерный бег 5 мин.	Текущий	Бег в равномерном темпе. Игра «Пограничники и парашютисты».	Р. Вносить коррективы в выполнение правильных действий, упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П. Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К. Обращаться за помощью; строить монологическое высказывание,	Нравственно-этическая ориентация –этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера.	24.05	

				вести устный диалог.			
67	Равномерный бег 5 мин.	Текущий	Бег в равномерном темпе. Подвижная игра «Гусь и утки».	Р. Выполнять учебные действия в материализованной форме. П. Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждения, обобщать.	Нравственно-этическая ориентация –этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера.	26.05	
68	Равномерный бег 5 мин.	Текущий	Бег в равномерном темпе. Подвижная игра «Пятнашки».	Р. Выполнять учебные действия в материализованной форме. П. Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждения, обобщать.	Нравственно-этическая ориентация –этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера.	26.05	

Лист коррекции рабочей программы

Дата и тема урока		Форма коррекции (объединение тем, домашнее задание)	Причина коррекции (праздничный день, отмена занятий по приказу, в связи с эпидемией)
Урока, который требует коррекции <i>план/-</i>	Урока, который содержит коррекцию <i>план/факт</i>		

Ссылка на уроки: <https://join.skype.com/GovYmB8qZnzN>