


«Согласовано»


Руководитель кафедры
учителей естественно-
математического цикла

 /Л.В.Никитенко/

Протокол № 1 от 30.08.2021 г.


«Согласовано»

Зам. директора по УВР

 / О.А.Селяник/

«Утверждаю»

Директор МАОУ «Школа №3
города Белогорск»

МАОУ "ШКОЛА
№3 ГОРОДА
БЕЛОГОРСК" 

Приказ № 131 от 30.08.2021г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета (курса) «Физическая культура»

для 2 класса на 2021- 2022 учебный год по адаптированной основной
общеобразовательной программе основного общего образования для детей
школьного возраста с задержкой психического развития (вариант 7.1)

Разработала: учитель физической культуры Ешина Наталья Юрьевна

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол №1
от 30.08.2021г

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» предназначена для обучающихся 2 класса общеобразовательных организаций и разработана на основе авторской программы В.И. Лях 2016 г «Физическая культура» в соответствии с учебником «Физическая культура» для первого класса общеобразовательных учреждений в авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2016 года.

Рабочая программа предмета «Физическая культура» составлена на основе документов:

- Федерального уровня:

1. Конвенции о правах ребёнка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);
2. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 06 февраля 2020 года);
3. Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (СанПиН 2.4.2. 2821-10), утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189;
4. Приказа Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009 г. №373 «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями);
5. Примерной образовательной программы начального общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол №1/15 от 08.04.2015 г.;
6. Приказа Минпросвещения России от 18.05.2020 N 249 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 ноября 2019 г. N 632»;
7. Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 октября 2015 года №08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»;

- Муниципального уровня

Приказа МКУ «Комитет по образованию и делам молодежи администрации города Белогорск» от 18.08.2021 № 336 «Об организации работы муниципальных образовательных учреждений г. Белогорск в 2021/2022 учебном году».

- Школьного уровня:

1. Устава школы.
2. Образовательной программы НОО, утвержденной приказом №111 от 29.08.2019 г.
3. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) МАОУ «Школа №3 города Белогорск», утвержденного приказом № 95 от 30.05.2020 года;
4. Приказа № 131 от 30.08.2021 года «Об утверждении учебного плана МАОУ «Школа №3 города Белогорск».

В контексте разработки АООП (адаптированной основной общеобразовательной программы) начального общего образования для обучающихся с ЗПР (задержкой психического развития) реализация деятельностного подхода обеспечивает:

- придание результатам образования социально и личностно значимого характера;
- прочное усвоение обучающимися с ЗПР знаний и опыта разнообразной деятельности и поведения, возможность их самостоятельного продвижения в изучаемых образовательных областях;
- существенное повышение мотивации и интереса к учению, приобретению нового опыта деятельности и поведения;
- обеспечение условий для общекультурного и личностного развития обучающихся с ЗПР на основе формирования универсальных учебных действий, которые обеспечивают не только успешное усвоение ими системы научных знаний, умений и навыков (академических результатов), позволяющих продолжить образование на следующей ступени, но и жизненной компетенции, составляющей основу социальной успешности.

В основу формирования адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ЗПР положены следующие принципы:

–принципы государственной политики РФ в области образования (гуманистический характер образования, единство образовательного пространства на территории Российской

Федерации, светский характер образования, общедоступность образования, адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся и воспитанников и др.);

–принцип учета типологических и индивидуальных образовательных потребностей обучающихся;

–принцип коррекционной направленности образовательного процесса;

–принцип развивающей направленности образовательного процесса, ориентирующий его на развитие личности обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;

–онтогенетический принцип;

–принцип преемственности, предполагающий при проектировании АООП, ориентировку на программу основного общего образования, что обеспечивает непрерывность образования обучающихся;

–принцип целостности содержания образования: содержание образования едино; в основе структуры содержания образования лежит не понятие предмета, а понятие «образовательной области»;

–принцип направленности на формирование деятельности, обеспечивает возможность овладения детьми с НОДА всеми видами доступной им предметнопрактической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;

–принцип переноса знаний и умений и навыков, и отношений, сформированных в условиях учебной ситуации, в деятельность в жизненной ситуации, что обеспечит готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном

мире, в действительной жизни;

–принцип сотрудничества с семьей.

Наиболее приемлемыми методами в практической работе учителя с учащимися, имеющими ОВЗ, считаем объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично

поисковый, коммуникативный, информационно-коммуникационный; методы контроля, самоконтроля и взаимоконтроля.

Эффективными приемами коррекционного воздействия на эмоциональную и познавательную сферу детей с ОВЗ являются:

- игровые ситуации;
- дидактические игры, которые связаны с поиском видовых и родовых признаков предметов;
- игровые тренинги, способствующие развитию умения общаться с другими; - психогимнастика и релаксация, позволяющие снять мышечные спазмы и зажимы, особенно в области лица и кистей рук.

-

Муниципального образовательного учреждения для учащихся 2 классов и рассчитана на один учебный год 3 часа в неделю (102 часов в год).

Изменения в авторскую образовательную программу под общей редакцией В.И. Лях, А.А. Занкевич (программа по курсу «Физическая культура» для 1-11 классов общеобразовательных учреждений) Распределение учебного времени на прохождение базовой части программного материала по физической культуре в 2 классах составлено в соответствии с программой. При этом вид программного материала «Лыжная подготовка» - 14 часов в год, на изучение раздела «Подвижные игры» добавлено – 2 часа. Часы вариативной части дополняют основные разделы программного материала базовой части, при этом с учетом рекомендации Минобрнауки РФ с целью содействия физическому развитию обучающихся, повышению двигательной активности в режиме учебного дня изучение программного материала в разделах «Подвижные игры», «Легкоатлетические упражнения» увеличилось на 6 часов. В связи с наличием материально-технической базы для изучения разделов «Гимнастика с элементами акробатики», изучение этих разделов увеличилось на 2 часа.

Содержание учебного предмета

1. Знание о физической культуре, способы физкультурной деятельности. 2 ч

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных занятий физическими упражнениями. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. Возникновение физической культуры у древних людей. История развития физической культуры и первых соревнований.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, выносливости, гибкости, координации.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

2. Подвижные игры на материале легкой атлетики: «Два мороза», «Пятнашки», салки «Не попади в болото», «Пингвины с мячом», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «К своим флажкам», «Кот и мыши», «Быстро по местам», «Гуси-лебеди», «Не оступись», «Вызов номеров», «Шишки-желуди-орехи», «Невод», «Третий лишний», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Метко в цель», «Космонавты», «Мышеловка», «Салки с ленточками», «Кто дальше бросит», «Мяч среднему», «Белые медведи», «Кто обгонит»,

«Круговая охота», «Капитаны», «Ловля парами», «Пятнашки в парах (тройках)», «Подвижная цель», «Не давай мяча водящему».

Легкоатлетические упражнения

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

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

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

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

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

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

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

ВОЛЕЙБОЛ

Средства для формирования навыков и умений

Упражнения с мячами. Верхняя передача мяча. Нижняя передача мяча. Передача мяча над собой на месте и с перемещением. Верхняя и нижняя передачи мяча у стены в различных сочетаниях. Верхняя и нижняя передачи мяча в парах, в различных исходных положениях, с продвижением. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Поточная передача мяча в колоннах, у стены, через сетку. Передача мяча назад за голову. Поточная передача нескольких мячей. Передача мяча в треугольнике, в квадрате, в кругу. Передача мяча из зон 1, 6, 5 в зону 3. Первая передача в зону 3. Вторая передача в зоны 2 и 4. Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. Верхняя прямая подача. Прием и передача мяча с подачи. Прием мяча, отраженного сеткой. Нападающий удар и блокирование. Комбинации из освоенных элементов. Игра в нападении в зоне 3. Игра в защите. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Игра по правилам волейбола.

Требования к обучающимся:

1. Уметь выполнять передачу мяча в прыжке через сетку.
2. Уметь играть по правилам волейбола.

Подвижные игры по разделу гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, заданий на координацию движений типа «веселые задачи», с «включением» (напряжением) и «выключением» (расслаблением) звеньев тела; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест», «Змейка», «Иголка и нитка», «Пройди бесшумно», «Тройка», «Раки», «Через холодный ручей», «Петрушка на скамейке», «Не урони мешочек», «Конники-спортсмены», «Запрещенное движение», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», «Кузнечики», «Парашютисты», «Медвежата за медом», «Увертывайся от мяча», «Гонки мячей по кругу», «Догонялки на марше», «Альпинисты», эстафеты (типа: «Веревочка под ногами», «Эстафета с обручами»).

4. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Подвижные игры с элементами гимнастики, акробатики, легкой атлетики. Направленно воздействующие на развитие физических качеств (силы, выносливости, быстроты, координации, ловкости, выносливости). Психических качеств (внимания, памяти, оперативного мышления). Социальных качеств (взаимодействия, сдержанности, смелости, честности и др.). Простейшие технические действия из спортивных игр: футбола, баскетбола, волейбола, русская лопта.

Физические упражнения и комплексы упражнений, ориентированные на развитие силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости и ловкости. Подвижные игры и эстафеты. Преодоление специализированных полос препятствий.

В результате изучения физической культуры ученик должен знать/понимать:

- выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости);
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- выполнения ежедневной утренней гимнастики, корригирующих упражнений и закаливающих процедур;
- преодоления безопасными способами естественных и искусственных препятствий;
- соблюдения правил и норм поведения в индивидуальной и коллективной деятельности;
- наблюдения за собственным физическим развитием и физической подготовленностью.

5. Легкоатлетические упражнения

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

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

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

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

Подвижные игры на материале легкой атлетики: «Два мороза», «Пятнашки», салки «Не попади в болото», «Пингвины с мячом», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «К своим флажкам», «Кот и мыши», «Быстро по местам», «Гуси-лебеди», «Не оступись», «Вызов номеров», «Шишки-желуди-орехи», «Невод», «Третий лишний», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Метко в цель», «Космонавты», «Мышеловка», «Салки с

ленточками», «Кто дальше бросит», «Мяч среднему», «Белые медведи», «Кто обгонит», «Круговая охота», «Капитаны», «Ловля парами», «Пятнашки в парах (тройках)», «Подвижная цель», «Не давай мяча водящему».

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Планируемые результаты

По освоению содержания программы по физической культуре учащиеся научатся:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;

- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;

- выполнять организующие строевые команды и приёмы;

- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладине, на гимнастическом бревне, на канате);

- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);

- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Критерии и нормы оценки:

Оценка успеваемости - одно из средств повышения эффективности учебного процесса. Она помогает контролировать освоение программного материала, информирует о двигательной подготовленности учеников, стимулирует их активность на занятиях физическими упражнениями.

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку по предмету «Физическая культура». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности. Оценка ставится за технику движений и теоретические знания. По основам знаний.

Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

С целью проверки знаний используются различные методы.

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок.

Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и с несколькими ответами на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении.

Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы с выполнением конкретного комплекса и т. п.

По технике владения двигательными действиями (умениями, навыками).

Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Календарно – тематическое планирование по физической культуре:

№	Дата проведения	Тема урока	Количество часов,
---	-----------------	------------	-------------------

	план	факт		отведенных на освоение программного материала
1.	07.09		Техника безопасности во время занятий физической культурой	1
2.	03.09		Бег с низкого старта 30 м. Коррекция знаний. Техника безопасности во время занятий физической культурой	1
3.	07..09		Бег на короткие дистанции 200 м. Зачет №1 Коррекция знаний. Бег с низкого старта 30 м .	1
4.	08.09		Анализ работы. Низкий и высокий старт 400 м. Коррекция знаний. Бег на короткие дистанции 200 м.	1
5.	10.09		Бег на выносливость 1000 м. Зачет №2. Коррекция знаний. Низкий и высокий старт 400 м.	1
6.	14.09		Анализ работы. Бег с препятствиями Коррекция знаний. Бег на выносливость 1000 м.	1
7.	15.09		Бег с эстафетной палочкой Коррекция знаний. Бег на выносливость 1000 м	1
8.	17.09		Высокий старт Коррекция знаний. Бег с эстафетной палочкой	1
9.	21.09		Бег с низкого старта 60 м. Зачет №3 Коррекция знаний.	1
10.	22.09		Анализ работы. Медленный бег 2 м Коррекция знаний. Высокий старт	1
11.	24.09		Эстафетный бег Коррекция знаний. Медленный бег	1
12.	28.09		Бег на 100 м. Зачет №4 Коррекция знаний. Эстафетный бег	1
13.	29.09		Анализ работы. Бег по пересеченной местности Коррекция знаний. Бег на 100 м.	1
14.	01.10		Высокий старт Коррекция знаний. Бег по пересеченной местности	1
15.	05.10		Прыжки в длину с разбега Коррекция знаний. Высокий старт	1
16.	06.10		Подбор длины разбега Коррекция знаний. Прыжки в длину с разбега	1
17.	08.10		Подвижные игры Коррекция знаний. Подбор длины разбега	1
18.	12.10		Челночный бег 3x10 Коррекция знаний. Подвижные игры	1
19.	13.10		Поднимание туловища. Зачет № 5 Коррекция знаний. Челночный бег 3x10	1
20.	15.10		Анализ работы. Метание мяча на дальность Коррекция знаний. Поднимание туловища.	1

21.	19.10		Метание мяча с места в цель Коррекция знаний. Метание мяча на дальность	1
22.	20.10		Многоскоки Коррекция знаний. Метание мяча с места в цель	1
23.	22.10		Прыжки в длину с мест. Зачет № 6 Коррекция знаний. Метание мяча с места в цель	1

24.	26.10		Анализ работы. Подтягивание Коррекция знаний. Прыжки в длину с мест.	1
25.	27.10		Подвижные игры Коррекция знаний. Подтягивание	1
26.	29.10		Техника безопасности на каникулы. Коррекция знаний. Подвижные игры	1
27.	09.11		Техника безопасности во время занятий гимнастикой Коррекция знаний. Техника безопасности на каникулы	1
28.	10.11		Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой Коррекция знаний. Техника безопасности во время занятий гимнастикой	1
29.	12.11		Лазанье по канату. Зачет №7 Коррекция знаний. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой	1
30.	16.11		Анализ работы. Стойка на лопатках Коррекция знаний. Лазанье по канату.	1
31.	17.11		Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа на животе, подтягиваясь руками Коррекция знаний. Лазанье по канату.	1
32.	19.11		«Мост» из положения лежа на спине. Зачет №8 Коррекция знаний. Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа на животе, подтягиваясь руками	1
33.	23.11		Анализ работы. Упражнения в висе стоя и лежа Коррекция знаний. «Мост» из положения лежа на спине.	1
34.	24.11		Акробатическая комбинация Коррекция знаний. Упражнения в висе стоя и лежа	1
35.	26.11		Акробатическая комбинация Коррекция знаний. Упражнения в висе стоя и лежа	1
36.	30.11		Акробатическая комбинация. Зачет №9 Коррекция знаний. Упражнения в висе стоя и лежа	1
37.	01.12		Анализ работы. Подвижные игры. Коррекция знаний. «Мост» из положения лежа на спине.	1
38.	03.12		Упражнения в висе стоя и лежа Коррекция знаний. Подвижные игры.	1
39.	07.12		Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне Коррекция знаний. Упражнения в висе стоя и лежа	1
40.	08.12		Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне. Зачет №10 Коррекция знаний. Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне	1
41.	10.12		Анализ работы. Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя, лежа Коррекция знаний. Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне	1

42.	14.12		Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя, лежа Коррекция знаний. Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя, лежа	1
43.	15.12		Упражнения на гимнастической стенке Коррекция знаний. Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя, лежа	1
44.	17.12		Стойка на лопатках. Зачет №11 Коррекция знаний. Упражнения на гимнастической стенке	1
45.	21.12		Анализ работы. Кувырки в перед Коррекция знаний. Стойка на лопатках.	1
46.	22.12		Кувырки назад Коррекция знаний. Кувырки в перед	1
47.	24.12		Преодоление гимнастической полосы препятствий Коррекция знаний. Кувырки назад	1
48.	28.12		Подвижные игры Коррекция знаний. Преодоление гимнастической полосы препятствий	1

49.	29.12		Подвижные игры Коррекция знаний. Преодоление гимнастической полосы препятствий	1
50.	11.01		Техника безопасности во время занятий играми Коррекция знаний. Подвижные игры	1
51.	12.01		Ведение мяча на месте и в движении Коррекция знаний. Техника безопасности во время занятий играми	1
52.	14.01		Ведение мяча с изменением направления. Зачет №12 Коррекция знаний. Ведение мяча на месте и в движении	1
53.	18.01		Анализ работы. Ловля и передача мяча на месте и в движении Коррекция знаний.	1
54.	19.01		Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках Коррекция знаний. Ведение мяча с изменением направления	1
55.	21.01		Броски в кольцо двумя руками снизу Коррекция знаний. Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках	1
56.	25.01		Броски в кольцо двумя руками снизу Коррекция знаний. Броски в кольцо двумя руками снизу	1
57.	26.01		Ловля и передача мяча на месте и в движении по кругу. Зачет №13 Коррекция знаний. Броски в кольцо двумя руками снизу	1
58.	28.01		Анализ работы. Броски в кольцо одной рукой от плеча Коррекция знаний. Ловля и передача мяча на месте и в движении по кругу.	1
59.	01.02		Верхняя передача мяча над собой (упрощенный вариант) Коррекция знаний. Броски в кольцо одной рукой от плеча	1
60.	02.02		Нижняя передача мяча над собой (упрощенный вариант) Коррекция знаний. Верхняя передача мяча над собой	1
61.	04.02		Верхняя и нижняя передачи мяча над собой Коррекция знаний.	1
62.	08.02		Нижняя прямая подача. Зачет №14 Коррекция знаний. Нижняя передача мяча над собой	1
63.	09.02		Анализ работы. Верхняя передача мяча в парах Коррекция знаний. Нижняя прямая подача.	1
64.	11.02		Нижняя передача мяча в парах Коррекция знаний. Верхняя передача мяча в парах	1

65.	15.02		Верхняя и нижняя передачи мяча в парах Верхняя передача мяча в парах	1
66.	16.02		Верхняя и нижняя передача в кругу Верхняя передача мяча в парах	1
67.	18.02		Подвижные игры Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
68.	22.02		Техника безопасности во время занятий играми Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
69.	25.02		Ведение мяча на месте и в движении Техника безопасности во время занятий играми	1
70.	01.03		Ведение мяча с изменением направления. Зачет №15 Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
71.	02.03		Анализ работы. Ловля и передача мяча на месте и в движении Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
72.	04.03		Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках, по кругу. Зачет №17 Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
73.	09.03		Анализ работы. Учебная игра в «мини-баскетбол» Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках, по кругу.	1
74.	11.03		Верхняя и нижняя передачи мяча над собой Учебная игра в «мини-баскетбол»	1
75.	15.03		Подвижные игры Верхняя и нижняя передачи мяча над собой	1
76.	16.03		Прыжки на скакалке Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
77.	29.03		Прыжки в высоту с разбега Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
78.	30.03		Прыжки в высоту с разбега Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
79.	01.04		Прыжки в высоту с разбега Зачет №18 Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
80.	05.04		Анализ работы. Подвижные игры Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
81.	06.04		Техника Безопасности на каникулы Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
82.	08.04		Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
83.	12.04		Метание мяча на дальность Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
84.	13.04		Метание мяча на дальность. Зачет №19 Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
85.	15.04		Анализ работы. Прыжки в длину с места Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
86.	19.04		Прыжки в длину с места Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
87.	20.04		Прыжки на скакалке. Зачет №20 Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1
88.	22.04		Анализ работы. Прыжки в длину с разбега Верхняя и нижняя передачи мяча в парах	1

89.	26.04		Подбор длины разбега Коррекция знаний. Прыжки в длину с разбега	1
90.	27.04		Прыжки в длину с разбега. Зачет №21 Прыжки в длину с разбега	1
91.	29.04		Анализ работы. Медленный бег до 5 мин Коррекция знаний. Прыжки в длину с разбега	1
92.	06.05		Бег без учета времени Коррекция знаний. Медленный бег до 5 мин	1
93.	07.05		Бег с низкого старта 30 м. Зачет №22 Коррекция знаний.	1
94.	10.05		Анализ работы. Бег на короткие дистанции 200 м Коррекция знаний. Бег без учета времени	1
95.	11.05		Низкий и высокий старт 400 м Коррекция знаний. Бег на короткие дистанции 200 м	1
96.	13.05		Бег на выносливость 1000 м. Зачет №23 Коррекция знаний. Низкий и высокий старт 400 м	1
97.	14.05		Анализ работы. Бег с препятствиями Коррекция знаний. Бег на выносливость 1000 м.	1
98.	17.05		Бег с эстафетной палочкой Коррекция знаний. Бег с препятствиями	1
99.	18.05		Бег с высокого старта. Зачет №24 Коррекция знаний. Бег с эстафетной палочкой	1
100.	20.05		Анализ работы. Эстафетный бег Коррекция знаний. Бег с высокого старта	1
101.	24.05		Бег на 100 м Коррекция знаний. Эстафетный бег	1
102.	25.05		Инструкция на летние каникулы. Повторение	1

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса:

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2008.
2. Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2006.
3. Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»
4. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.
6. Школьникова Н.В., Тарасова М.В. Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры 1- 6 классы. Издательство «Первое сентября» 2002 г.
7. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 1998.