**АННОТАЦИЯ К ПРОГРАММЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 2 КЛАСС**

Программа разработана на основе:

- Федерального Закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;

- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

- Планируемых результатов начального общего образования.

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" от 06.10.2009г №373;с изменениями, утвержденными приказом МОиН РФ от 26 ноября 2010 года, приказом МОиН РФ №1576 от 31 декабря 2015 года);

- Письма МОиН РТ от 3 марта 2016 года №1815/16 «О направлении рекомендаций по составлению образовательной программы и рабочих программ учебных предметов»;

- Основной образовательной программы НОО ГБОУ «Чистопольская кадетская школа-интернат»;

- Учебного плана ГБОУ «Чистопольская кадетская школа-интернат»;

- Положения о рабочей программе ГБОУ «Чистопольская кадетская школа-интернат»;

- Матвеев, А. П. Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы / А. П. Матвеев. – 5-е изд. – М. : Просвещение, 2014.

**МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

На курс «Физическая культура» отводится во 2 классе 102 часа(3 ч в неделю, 34 учебные недели).

**СОДЕРЖАНИЕ**

Основы знаний о физической культуре – 18 часов

Способы физкультурной деятельности – 12 часов

Физическое совершенствование - 12 часов

Легкая атлетика 18 часов

Лыжные гонки – 21 час

Подвижные игры – 18 часов

Плавание – 3 часа

**ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Ученик научится:**

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

- излагать факты истории развития физической культуры, в том числе и об истории физической культуры в родном городе***,*** характеризовать ее роль и значение в жизни человека;

- использовать физическую культуры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;

- знать подвижные игры родного края***;***

- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;

- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

Ученик получит возможность **иметь представление:**

- о зарождении древних Олимпийских игр;

- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;

- о правилах проведения закаливающих процедур;

- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

**уметь:**-определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);

- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;

- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);

- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;

- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;

- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;

Программа разработана на основе:

- Федерального Закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;

- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

- Планируемых результатов начального общего образования.

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" от 06.10.2009г №373;с изменениями, утвержденными приказом МОиН РФ от 26 ноября 2010 года, приказом МОиН РФ №1576 от 31 декабря 2015 года);

- Письма МОиН РТ от 3 марта 2016 года №1815/16 «О направлении рекомендаций по составлению образовательной программы и рабочих программ учебных предметов»;

- Основной образовательной программы НОО ГБОУ «Чистопольская кадетская школа-интернат»;

- Учебного плана ГБОУ «Чистопольская кадетская школа-интернат»;

- Положения о рабочей программе ГБОУ «Чистопольская кадетская школа-интернат»;

- Матвеев, А. П. Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы / А. П. Матвеев. – 5-е изд. – М. : Просвещение, 2014.

**МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

На курс «Физическая культура» отводится во 2 классе 102 часа(3 ч в неделю, 34 учебные недели).

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА**

**Личностные результаты**

- формирование чувства гордости за свою Родину, родной края; формирование ценностей многонационального российского общества;

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов, родного края;

- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

**Метапредметные результаты**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- Формирование представлений о местах для занятия физической культуры в своем городе***;***

- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

- знать правила поведения на воде, вход в воду, передвижение по дну, выпрыгивание из воды.

**Планируемые результаты**

По окончании начальной школы учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

- излагать факты истории развития физической культуры, в том числе и об истории физической культуры в родном городе***,*** характеризовать ее роль и значение в жизни человека;

- использовать физическую культуры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;

- знать подвижные игры родного края***;***

- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;

- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

**Содержание учебного курса**

***Основы знаний о физической культуре***

История древних Олимпийских игр: миф о Геракле и возникновении первых спортивных соревнований, появление мяча и игр с мячом. Физические упражнения, их отличие от обыденных движений, связь с физическим развитием и развитием физических качеств. Характеристика основных физических качеств силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесии. Закаливание организма, его значение в укреплении здоровья человека.

***Способы физкультурной деятельности***

Занятия утренней зарядкой и музыкальной гимнастикой, закаливанием, по развитию быстроты и равновесия, совершенствованию точности броска малого мяча. Подвижные игры во время прогулок. Измерение длины и массы тела, формы осанки, уровня развития основных физических качеств.

***Физическое совершенствование***

*Гимнастика с основами акробатики*

*Организующие команды и приемы*: повороты кругом с разделением по команде “Кругом! Раз-два”; перестроение по два 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;

*Прикладно-гимнастические упражнения:* танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине - вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, завесом одной, двумя ногами.

***Легкая атлетика***

Бег: низкий старт с последующим ускорением, челночный бег «3 х 10м», бег с изменением темпа.

Броски: большого мяча снизу из положения стоя и сидя. Метание малого мяча на дальность способом “из-за головы”

Прыжки: на месте и с поворотом на 90 и 100 градусов, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега

***Лыжные гонки***

Передвижения на лыжах: «попеременный двухшажный» и «одновременный одношажный» и «двушажный» ход;

Спуски: в низкой стойке.

Подъемы: “лесенкой” и “елочкой”,

Торможение: “плугом”.

***Подвижные игры***

На материале гимнастики с основами акробатики: “Конники-спортсмены”, “Отгадай чей голос?”, “Что изменилось”, “Посадка картофеля”, “Прокати быстрее мяч”, эстафеты (типа: “Веревочка под ногами”, “Эстафеты с обручами”).

На материале легкой атлетики: «Вызов номеров» “Шишки-желуди-орехи”, “Невод”, “Заяц без дома”, “Пустое место”, “Мяч соседу”, “Космонавты”, “Мышеловка”

На материале лыжной подготовки: “Попади в ворота”, “Кто быстрее взойдет в гору”, “Кто дальше скатится с горки”

На материале спортивных игр:

Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками и обводка стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы.

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.

Волейбол: специальные движения - подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища; передача сверху двумя руками вперед-вверх.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

***Плавание –*** название упражнений и основные признаки техники плавания

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

**иметь представление:**

- о зарождении древних Олимпийских игр;

- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;

- о правилах проведения закаливающих процедур;

- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

**уметь:**

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);

- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;

- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);

- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;

- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;

- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;

- демонстрировать уровень физической подготовленности

**Для реализации программного содержания используются следующие учебники и учебные пособия:**

Матвеев А.П. Физическая культура. Учебник. 2 класс

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Контрольные упражнения | Мальчики | | | Девочки | | |
|  | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| 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 | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола | Коснуться колен лбом | Коснуться ладонями 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 | | | | | |
| Плавание | Без учета времени | | | | | |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел, тема** | **Количество часов** | **Основные виды учебной деятельности обучающихся** |
| 1 | **Подвижные игры** | **18ч** | Знать физические упражнения, их отличие от естественных движений; основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Знать правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.  Знать режим дня и его планирование |
| **2** | **Гимнастика с элементами акробатики** | **18ч** | Осваивать технику броскаУметь проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении броска  Уметь соблюдать правила техники безопасности при выполнении броска.Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м; выполнять лёгкоатлетические упражнения; правильно выполнять технику прыжка в длину с места; выполнять основные движения в метании; пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать с бегом  Уметь выполнять игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.  Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. |
| **3** | **Легкоатлетические упражнения** | **21ч** | Знать бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперёд), из различных ИП и с разным положением рук, равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 х 10 м, бег с изменением частоты шагов  Уметь выполнять высокий старт с опорой на одну руку. Знать специальные беговые упражнения. Обучение движениям. Уметь соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражненийПроявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. |
| **4** | **Лыжная подготовка** | **21ч** | Знать о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями на улице, на лыжах; знать технику передвижения и торможения на лыжах. Уметь спускаться со склона. Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений.  Знать технику попеременного двухшажного хода с палками; знать технику передвижения и торможения на лыжах. Знать технику одновременного двухшажного хода с палками и технику попеременного двухшажного хода с палкамиУметь передвигаться в колонне ступающим и скользящим шагом, попеременным двухшажным ходом. Знать требования к одежде и обуви во время занятий, ТБ.  Уметь передвигаться в колонне ступающим и скользящим шагом, попеременным двухшажным ходом, знать спуск в основной стойке.  Уметь выполнять повороты переступанием в движении. Уметь выполнять подъёмы на склон.  Уметь выполнять подъёмы на склон. Знать технику торможения «плугом» Уметь выполнять спуски в различных стойках. Уметь передвигаться на лыжах. Осваивать технику упражнений на лыжах  Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании упражнений  Уметь выполнять торможение «плугом» и упором.  Знать технику подъема «полуелочкой» и «лесенкой». Спуски в различных стойках. Подъёмы «лесенкой», «ёлочкой». Уметь передвигаться на лыжах  Знать технику передвижения на лыжах.  Уметь выполнять спуски, подъёмы, торможение на лыжах. |
| **5** | **Подвижные( спортивные) игры с элементами баскетбола, футбола и игры разных** | **24ч** | Осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий. Иметь представление о возникновении Олимпийских игр. Уметь моделировать физические нагрузки для развития основных физических качествУметь выполнять простейших закаливающих процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки). Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр  Уметь излагать правила и условия проведения подвижных игрВзаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играхУметь принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности  Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Уметь различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Воль- но!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!». Уметь описывать технику разучиваемых акробатических упражнений. |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование темы** | **Кол-во**  **часов** | **Дата проведения** | |
| **план** | **факт** |
| 1 | Основы знаний о физкультурной деятельности. Подвижные игры | 1ч | 2.09.20 |  |
| 2 | Основные способы закаливания. Профилактика травматизма. Подвижные игры | 1ч | 3.09.20 |  |
| 3 | Способы физкультурной деятельности Составление   режима   дня. Подвижные игры | 1ч | 4.09.20 |  |
| 4 | *Лёгкая атлетика* Беговые упражнения. Бег с высоким подниманием бедра. Игра «Пустое место» | 1ч | 9.09.20 |  |
| 5 | Беговые упражнения. Бег с прыжками и ускорением. Игра «Невод» | 1ч | 10.09.20 |  |
| 6 | Беговые упражнения. Бег с изменяющимся направлением – змейкой. Игра «Заяц без дома» | 1ч | 11.09.20 |  |
| 7 | Беговые упражнения. Бег с изменяющимся направлением – по кругу. Игра «Космонавты» | 1ч | 16.09.20 |  |
| 8 | Беговые упражнения. Бег с изменяющимся направлением –  спиной вперёд. Игра «Мышеловка» | 1ч | 17.09.20 |  |
| 9 | Бег из различных ИП и с разным положением рук Игра «Вызов номеров» | 1ч | 18.09.20 |  |
| 10 | Беговые упражнения. Игра «Третий лишний» | 1ч | 23.09.20 |  |
| 11 | Бег с разным положением рук. Игра «У медведя во бору» | 1ч | 24.09.20 |  |
| 12 | Равномерный бег с последующим ускорением. Игра «Тише едешь, дальше будешь». | 1ч | 25.09.20 |  |
| 13 | Беговые упражнения. | 1ч | 30.09.29 |  |
| 14 | Челночный бег 3 х 10 м. Эстафеты | 1ч | 1.10.20 |  |
| 15 | Беговые упражнения. Бег с изменением частоты шагов. Игра «Космонавты» | 1ч | 2.10.20 |  |
| 16 | Броски большого мяча на дальность двумя руками из-за головы. Игра «Точно в мишень» | 1ч | 7.10.20 |  |
| 17 | Броски большого мяча на дальность. Игра «Мяч соседу» | 1ч | 8.10.20 |  |
| 18 | Броски большого мяча. Игра «Шишки, жёлуди, орехи» | 1ч | 9.10.20 |  |
| 19 | Броски большого мяча на дальность двумя руками от груди. Игра «Вышибала» | 1ч | 14.10.20 |  |
| 20 | Броски большого мяча на дальность двумя руками из-за головы. Игра «Точно в мишень» | 1ч | 15.10.20 |  |
| 21 | Урок – соревнование. Эстафеты | 1ч | 16.10.20 |  |
| 22 | *Подвижные игры* с использованием строевых упражнений. Игра «Конники- спортсмены» | 1ч | 21.10.20 |  |
| 23 | Подвижные игры с элементами строевых упражнений. Игра «Море волнуется» | 1ч | 22.10.20 |  |
| 24 | Подвижные игры на развитие координации. Эстафеты с обручами. | 1ч | 23.10.20 |  |
| 25 | Подвижные игры. Игра «Волна». | 1ч | 28.10.20 |  |
| 26 | Подвижные игры на внимание. Игра «Отгадай чей голос» | 1ч | 29.10.20 |  |
| 27 | Подвижные игры на развитие силы и ловкости. Игра «Посадка картофеля» | 1ч | 30.10.20 |  |
| 28 | *Спортивные игры.* Волейбол. Подбрасывание мяча на заданную высоту. Оздоровительные формы занятий. Комплекс утренней гимнастики. | 1ч | 11.11.20 |  |
| 29 | Волейбол.        Знания о физической культуре. История возникновения Олимпийских игр. | 1ч | 12.11.20 |  |
| 30 | Волейбол. Игра«Передача мяча». Способы физкультурной деятельности. Физкультминутки,    правила    их   составления   и  выполнения. Закаливания и правила   проведения   закаливающих    процедур. | 1ч | 13.11.20 |  |
| 31 | *Подвижные игры.* Подвижные игры на развитие координации. Игра «Неудобный бросок» | 1ч | 18.11.20 |  |
| 32 | Игры с прыжками. Игра «Пустое место» | 1ч | 19.11.20 |  |
| 33 | Игры с мячом. Игра « Гонка мячей» | 1ч | 20.11.20 |  |
| 34 | Игры на развитие выносливости. Игра «Мяч капитану» | 1ч | 25.11.20 |  |
| 35 | Игры на развитие силы и ловкости. Эстафеты. | 1ч | 26.11.20 |  |
| 36 | *Гимнастика.* Основные команды и приёмы. Игра «Волна». | 1ч | 27.11.20 |  |
| 37 | Гимнастика. Повороты. Игра «По местам» | 1ч | 2.12.20 |  |
| 38 | Гимнастика. Перестроение по двое в шеренге и колонне. Передвижение в колонне. Игра «Вызов номеров» | 1ч | 3.12.20 |  |
| 39 | Гимнастика. Акробатические упражнения. Упоры. Игра « Верёвочка» | 1ч | 4.12.20 |  |
| 40 | Гимнастика. Седы и перекаты. Игра «Неудобный бросок» | 1ч | 9.12.20 |  |
| 41 | Гимнастика. Акробатические комбинации. Стойки на лопатках. Игра « Космонавты» | 1ч | 10.12.20 |  |
| 42 | Гимнастика. Акробатические комбинации. Полуперевороты. Игра «Перекати – поле» | 1ч | 11.12.20 |  |
| 43 | Гимнастика. Висы. Эстафеты. | 1ч | 16.12.20 |  |
| 44 | Гимнастика. Опорный прыжок. Игра «Конники- спортсмены» | 1ч | 17.12.20 |  |
| 45 | Гимнастика. Упражнения на гимнастической скамейке. Эстафеты | 1ч | 18.12.20 |  |
| 46 | Гимнастика. Упражнения на гимнастической стенке. Игра «Мышеловка» | 1ч | 23.12.20 |  |
| 47 | *Спортивные игры*. Баскетбол. Оздоровительные формы занятий. Комплексы занятий по профилактике и коррекции нарушений осанок. | 1ч | 24.12.20 |  |
| 48 | Баскетбол. Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Игра «Мяч среднему» | 1ч | 25.12.20 |  |
| 49 | *Лыжная подготовка*. Вводный. Ознакомление с правилами безопасности на лыжах. | 1ч | 13.01.21 |  |
| 50 | Лыжные гонки. Попеременный двухшажный ход. Игра «Проехать через ворота» | 1ч | 14.01.21 |  |
| 51 | Лыжные гонки. Игра «Проехать через ворота» | 1ч | 15.01.21 |  |
| 52 | Лыжные гонки. Стойка лыжника. Игра «Подними предмет» | 1ч | 20.01.21 |  |
| 53 | Лыжные гонки. Спуски в основной стойке. Игра «Спуск с поворотом» | 1ч | 21.01.21 |  |
| 54 | Лыжные гонки. Спуски с горки. Игра «Спуск с поворотом» | 1ч | 22.01.22 |  |
| 55 | Лыжные гонки. Подъём лесенкой. Игра « Кто быстрее взойдёт на горку». | 1ч | 27.01.21 |  |
| 56 | Лыжные гонки. Подъёмы на горку. Игра « Кто быстрее взойдёт на горку». | 1ч | 28.01.21 |  |
| 57 | Лыжные гонки. Торможение плугом. Игра «Кто дальше скатится с горки». | 1ч | 29.01.21 |  |
| 58 | Лыжные гонки. Торможение плугом. Игра «Кто дальше скатится с горки». | 1ч | 3.02.21 |  |
| 59 | Лыжные гонки. Передвижения на лыжах. Игра «Слалом на санках». | 1ч | 4.02.21 |  |
| 60 | Лыжные гонки. Эстафеты на лыжах. | 1ч | 5.02.21 |  |
| 61 | Виды торможения: «плугом» и упором | 1ч | 10.02.21 |  |
| 62 | Техника подъема «полуелочкой» и «лесенкой» | 1ч | 11.02.21 |  |
| 63 | Техника передвижения на лыжах. | 1ч | 12.02.21 |  |
| 64 | Спуски и подъёмы. | 1ч | 17.02.21 |  |
| 65 | Спуски в различных стойках, подъёмы, торможение. | 1ч | 18.02.21 |  |
| 66 | Пробежка по лыжне. Повороты переступанием. | 1ч | 19.02.21 |  |
| 67 | Передвижение на лыжах. | 1ч | 24.02.21 |  |
| 68 | Передвижение на лыжах.Игра «Кто дальше скатится с горки». | 1ч | 25.02.21 |  |
| 69 | Лыжные гонки. Эстафеты на лыжах. | 1ч | 26.02.21 |  |
| 70 | *Спортивные игры.* Баскетбол. Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге. Игра «Бросок мяча в колоне» | 1ч | 3.03.21 |  |
| 71 | Баскетбол. Ведение мяча с остановками по сигналу. Игра «Мяч соседу». | 1ч | 4.03.21 |  |
| 72 | Баскетбол. Передвижения приставными шагами. Игра «Мяч среднему» | 1ч | 5.03.21 |  |
| 73 | Баскетбол. Бег спиной вперед. Эстафеты. | 1ч | 10.03.21 |  |
| 74 | Волейбол. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Игра «Волна» | 1ч | 11.03.21 |  |
| 75 | Волейбол. Игра «Неудобный бросок» | 1ч | 12.03.21 |  |
| 76 | Волейбол. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища. Эстафеты. | 1ч | 17.03.21 |  |
| 77 | Футбол. Остановка катящегося мяча. Игра «Гонка мячей» | 1ч | 18.03.21 |  |
| 78 | Футбол. Ведение мяча по прямой, по дуге, с остановками по сигналу. Игра «Метко в цель» | 1ч | 19.03.21 |  |
| 79 | Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения.  Танцевальные упражнения. | 1ч | 31.03.21 |  |
| 80 | Гимнастика. Лазанье. | 1ч | 1.04.21 |  |
| 81 | Гимнастика с элементами акробатики. Лазанье по канату. | 1ч | 2.04.21 |  |
| 82 | Гимнастика. Упражнения на низкой гимнастической перекладине | 1ч | 7.04.21 |  |
| 83 | Плавание. Упражнения для развития физических навыков необходимых для плавания; | 1ч | 8.04.21 |  |
| 84 | Гимнастика Поднимание и опускание туловища из положения лёжа на спине. | 1ч | 9.04.21 |  |
| 85 | Гимнастические упражнения прикладного характера | 1ч | 14.04.21 |  |
| 86 | Футбол. Остановка катящегося мяча. Игра «Гонка мячей» | 1ч | 15.04.21 |  |
| 87 | Футбол. Ведение мяча по прямой, по дуге, с остановками по сигналу. Игра «Метко в цель» | 1ч | 16.04.21 |  |
| 88 | Футбол. Ведение мяча. Игра «Вышибала» | 1ч | 21.04.21 |  |
| 89 | Футбол. Ведение мяча между стоек.  Игра «Липкий мяч» | 1ч | 22.04.21 |  |
| 90 | Футбол. Ведение мяча с обводкой стоек.  Игра «Футбольный бильярд» | 1ч | 23.04.21 |  |
| 91 | Футбол. Остановка катящегося  мяча внутренней частью стопы. Игра «Бросок ногой» | 1ч | 28.04.21 |  |
| 92 | Подвижные игры. Эстафеты. | 1ч | 29.04.21 |  |
| 93 | *Легкая атлетика* Чередование ходьбы, бега. Развитие выносливости. | 1ч | 30.04.21 |  |
| 94 | *Легкая атлетика* Преодоление полосы препятствия. | 1ч | 5.05.21 |  |
| 95 | *Легкая атлетика* Прыжки в длину с разбега. | 1ч | 6.05.21 |  |
| 96 | Подвижные игры на материале плавания. Техника движений при плавании. | 1ч | 7.05.21 |  |
| 97 | Подвижные игры на материале легкой атлетики | 1ч | 12.05.21 |  |
| 98 | Подвижные игры. Требования к поведению и меры безопасности в бассейне, личная гигиена пловца. | 1ч | 13.05.21 |  |
| 99 | Подвижные игры разных народов | 1ч | 14.05.21 |  |
| 100 | Подвижные игры на материале гимнастики | 1ч | 19.05.21 |  |
| 101 | Подвижные игры с элементами плавания. “Караси и щуки”, “Цапля и лягушки” | 1ч | 20.05.21 |  |
| 102 | Подвижные игры разных народов | 1ч | 21.05.21 |  |

**Лист изменений в тематическом планировании**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № записи | Дата | Изменения,  внесенные в КТП | Причина | Согласование с зам. директора по УР |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |