

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Рязанской области

Администрация МО Ермишинского муниципального района

МОУ "Савватемская средняя школа"

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Попова Е.И.

Приказ №79 от «28» 08
2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности « **Общая физическая подготовка**»

для обучающихся 2 класса

С.Савватьма 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА. 2021-2022

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденными приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6.10.2009 № 373 (в редакции приказа Минобрнауки РФ от 26.11.2010 № 1241) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего образования»

Календарно тематическое планирование по внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка» разработано на основе рабочей программы А.П.Матвеев М.: «Просвящение», 2023г.

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка» являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Задачами физического воспитания учащихся 2 классов являются:

- Укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам.
- Развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей.
- Приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта.
- Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, укрепления здоровья.

Требования к уровню подготовки для учащихся 2-х классов:

Учащиеся должны знать:

Техника безопасности на уроках в зале и на спортплощадках.

Роль физических упражнений для физического развития.

Гигиенические правила и умение применять их.

Спортивная одежда, обувь на лето, осень, зиму.

Беседа: «Забота о здоровье», «Закаливание», об осанке,

об утренней гигиенической зарядке, о гимнастике до занятий, о физкультминутках,

о режиме дня, о правильном дыхании, о подготовке к урокам по лыжам, конькам, основы изучения плавания,

о летних и зимних играх на свежем воздухе, о новом в физкультуре и спорта.

Результаты внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка».

Личностными результатами являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях,
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей,
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта,

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятия физической культурой,
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий,
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях,
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами,
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность,
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры,
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития,
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований,
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения,
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий,
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований,
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений,
- 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 изменяющихся, вариативных условиях.

Контрольные упражнения (тесты) физической подготовленности учащихся 2 классов.

№	Упражнения	Девочки			Мальчики		
		отлично	хорошо	удов-но	отлично	хорошо	удов-но
1	наклон вперёд из и.п . сидя, см	14,0 и выше	7-10	3 и ниже	8,5 и выше	4-6	2 и ниже
2	поднимание туловища, кол. раз в 1 мин.	30	28	26	25	23	21
3	челночный бег 3 по 10 м/с	9.7	10.4	11.2	9.1	9.7	10.4
4	прыжок в длину с места, см	155	125	95	160	125	110
5	подтягивание, кол-во раз	12	7	3	4	2	1
6	бег на выносливость	без учёта времени					
7	бег на лыжах	без учёта времени					
8	бег 30 м/с	6.3	6.9	7.4	6.0	6.6	7.1
9	прыжки через скакалку, кол-во раз в мин.	80 и больше	70	60	70 и больше	60	50
10	Метание теннисного мяча на дальность	12	10	8	15	12	10
11	отжимание	8	6	4	10	8	5
12	Подъём ног из положения виса на ш/стенке	7	5	3	5	3	2

Годовое распределение времени по внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка»

№	Виды программного материала	Количество часов			
		34			
		класс			
		2			
		1 чет. (9 ч.)	2 чет. (7 ч.)	3 чет. (10ч.)	4 чет. (8 ч)
1	Основы знаний о физической культуре и спорте	в процессе урока	в процессе урока	в процессе урока	в процессе урока
2	Гимнастика с основами акробатики		6		
3	Лёгкая атлетика	5			6
4	Лыжная подготовка		1	7	
5	Подвижные игры на материале раздела «Спортивные игры»	4		3	2

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка» для детей 2 класса (34 часа)

№ урочка	Тип урока Кол-во часов	ТЕМА УРОКА	Планируемые результаты (предметные)	Характеристика деятельности (личностные и метапредметные)				Дата	Домашнее задание
				Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД		
1 четверть (9 часов) 5 часов. Легкая атлетика									
1	Вводный урок 1 час	Инструктаж по Т.Б. Бег коротким, средним и длинным шагом. Челночный бег 3по 10м Бег 30 м Входной Мониторинг. П/И «Кто быстрее»	Знать различия длины шагов бега и где их можно применять. Знать технику челночного бега, бега с ускорением.	Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержание их, обосновывать правильность или ошибочность результата		Комплекс УГГ С мячом.

2	Урок-игра 1 час	Высокий старт с последующим ускорением. Бег в равномерном темпе 3мин. Бег 30м. Мониторинг. П/И «С кочки на кочку» (прыжки в длину с места)	Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться		Прыжки через скалку
3	Урок-игра 1 час	Прыжки по разметкам. Многоскоки. Метание теннисного мяча на дальность. Режим дня и личная гигиена . П/И «Гонка мячей по кругу»	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены, технику метания теннисного мяча.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться		Отжимание от пола

4	Урок-эстафета 1 час	Броски большого мяча (1кг.) на дальность разными способами. Метание теннисного мяча на дальность. П/И «Кто Дальше»	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. Уметь правильно выполнять замах рукой при метании теннисного мяча.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержание результатов обосновывать правильность или ошибочность результата		Прыжок в длину с места
5	Урок-эстафета 1 час	Преодоление малых препятствий. Бег 60 метров. Прыжки через скакалку. П/И «Кто дальше бросит» (бросок набивного мяча)	Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться		Упражнения для мышц спины

4 часа. Подвижные игры материала раздела « Спортивные игры».

6	Урок-эстафета 1 час	Игра « Чай, чай выручай», Гонка мячей по кругу» «Змейка».	Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д).	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях	Знать правила подвижной игры.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться		Прыжки через скалку
7	Урок соревнования 1 час	Игра «Точно в мишень», «Кто быстрее». Правила организации и проведения игр.	Правила проведения закаляющих процедур.. Развитие скоростно- силовых способностей.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях.	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли		Приседание
8	Урок-эстафета 1 час	П/И «Стенка», «Пустое место». « Точно в цель».	Знать упражнения на формирования правильной осанки.	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность		Отжимание от пола

							ть результата		
9	Урок-игра 1 час	Игра « Не урони мешочек», «С кочки на кочку».	Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры.	Проявлять стремление к самооценке на основе критериев успешности игровой деятельности	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержание обосновывать правильность или ошибочность результата		Прыжок в длину с места

2 четверть(7 часов)

6 часов. Гимнастика с основами акробатики

10	Урок-игра	Перекаты в группировке. Стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок вперед.	Основы знаний о развитии гимнастики и акробатики	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Упражнения для мышц спины
----	-----------	--	--	--	---	---	--	--	---------------------------

11	Урок-соревнование 1 час (8)	Строевые упражнения. ОРУ. Вис стоя лёжа, вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. П/И «Канатоходец».	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении упражнений на перекладине.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Прыжки через скалку
12	Урок-игра	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Отжимание от пола.	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности. Выполнять отжимание от пола.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Знать упражнения на формирования правильной осанки.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки		Отжимание от пола
13	Урок-путешествие 1 час (13)	Передвижение по диагонали, противоходом, змейкой, ОРУ. Ходьба большими шагами и выпадами, повороты на носках на гим. Скамейке. Упр. для мышц	Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Развитие мышц брюшного пресса, координации, равновесия.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Какой должна быть правильная осанка. Определение формы осанки.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Упр. для мышц пресса

		пресса. П/И « Скакалочка»							
14	Урок-игра	Передвижения по гимнастическому бревну. Перелезание через коня. Подводящие упр. для прыжка через козла. П/И « Совушка»	Ходьба с изменяющимся темпом и длиной шага	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Уметь выполнять утреннюю зарядку и гимнастику под музыкальное сопровождение.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Приседание
15	Урок - эстафеты 1 час	Прыжки со скакалкой. Эстафеты.	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки		Упр. « Ласточка»

8 час. Лыжная подготовка (1час)

16	Вводный урок 1 час	Инструктаж по технике безопасности. Передвижение в колонне с лыжами. Правила поведения на уроках лыжной подготовки.	Основы знаний об истории развития лыжного спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий в зимнее время	Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей	Ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Прохождение дистанции
----	-----------------------	---	--	--	--	--	--	--	-----------------------

3 четверть. (10 часов)

Лыжная подготовка (7 часов)

17	Урок-игра 1 час	Скользкий шаг . Равномерное передвижение до 1 км Игра «На буксире»	Выполнять передвижения на лыжах в соответствии с программным материалом.	Формирование социальной роли ученика.	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки		Прохождение дистанции
18	Урок-игра 1 час	Повороты переступанием на месте. Спуски в основной стойке..П/И «Воротники»	Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Характеристика основных физических качеств. Значение закалывания для укрепления здоровья.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых		Повороты переступанием в движении.

							ситуациях		
19	Урок-игра 1ч	Подъемы скользящим шагом Прохождение дистанции. П/И «Ловушки»	Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физ. Качеств.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Подъемы ступающим шагом.
20	Урок-путешествие 1ч	Прохождение на лыжах в режиме умеренной интенсивности. П/И «Лыжные гонки».	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению	Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Подъем ёлочкой, полуёлочкой
21	Урок-игра 1час	Передвижение на лыжах до 1,5 км. П/и «Самый выносливый».	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность		Подъем ёлочкой, полуёлочкой

				действия и его результата с заданным эталоном	укрепления здоровья.		ть в игровых ситуациях		
22	Урок-игра 1ч	Подъем и спуски под уклон с прохождением ворот. п/и «Проедь и не задень».	Техника спусков и подъемов	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки		Подъем и спуски под уклон
23	Урок-игра 1ч	Прохождение дистанции. Спуски. Игра «Биатлон»	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Знать приемы закалывания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Передвижение на лыжах

5 часов. Подвижные игры на материале раздела «Спортивные игры»

24	Урок-игра 1 час	Ловля и передача мяча в движении Ведение мяча с изменением скорости. П/И	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать		Приседание
----	--------------------	--	---	---	--	---	--	--	------------

		«Мяч водящему».	подвижных игр.	отношения к учению	решения проблемы.		допущенные ошибки		
25	Урок-игра	Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении.. П/И «Мяч водящему».	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Приседание
26	Урок-игра 1 час	Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). ОФП. Игра «Передай другому»	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Упражнения для мышц спины

4 четверть. (8 часов)

27	Урок-игра 1 час	ОФП. Ведение мяча в парах. Игра в баскетбол по упрощенным	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении	Формирование социальной роли ученика. Формирование	Стремление выполнять социально значимую и социально	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументир		Комплекс УГГ С мячом.
----	--------------------	--	--	---	---	--	---	--	-----------------------

		<p>правилам.</p> <p>Игра «У кого меньше мячей»</p>	<p>технических действий из подвижных и спортивных игр.</p>	<p>положительно го отношения к учению</p>	<p>оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;</p> <p>приобретению новых знаний и умений.</p>		<p>овать допущенные ошибки</p>		
28	<p>Урок-эстафета</p> <p>1 час</p>	<p>ОФП. Удар по катящемуся мячу. Игра в мини-футбол по упрощенным правилам.</p>	<p>Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>	<p>Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;</p>	<p>Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью; Уметь взаимодействовать в команде при игре в мини футбол</p>	<p>Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p>	<p>Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях. Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>		<p>Броски в цель</p>

6 часов. Легкая атлетика

29	Урок-игра 1 час	Т.Б.Ходьба и бег с изменением темпа. Бег из разных исходных положений. Бег с ускорением 30, 60 м. П/И «Самый быстрый»	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Формировать потребности к ЗОЖ.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Контролировать режимы физической нагрузки на организм.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки		Удар по катящемуся мячу
30	Урок-игра 1 час	СБУ.ОРУ. Бег 30 метров. Метание теннисного мяча на дальность. П/И « Кто дальше бросит».	Понятие «короткая дистанция», бег на скорость, бег на выносливость.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Метание теннисного мяча на дальность
31	Урок эстафет	Круговая эстафета. П/И «	Уметь выполнять	Умение использовать	Уметь взаимодействовать	Осуществлять продуктивное	Контролировать		Метание

	а 1 час	Кто дальше бросит».	равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных потребностей.	воват в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики	взаимодействие между сверстниками и педагогами	учебные действия, аргументировать допущенные ошибки		теннисного мяча на дальность
32	Урок групповой деятельности 1 час	Метание мяча в горизонтальную цель. Эстафеты с мячами. П/И «Лапта»	Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		равномерный бег 4 мин.
33	Урок-игра 1 час	Равномерный, медленный бег до 4 мин. П/И «У медведя во бору»	Пробегать в равномерном темпе 4 минуты Выполнять высокий старт с последующим ускорением	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.	Выделение и формулирование учебной цели; выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях		Упражнения для мышц пресса

					от конкретных условий.				
34	Урок - игра 1 час	ОРУ. СБУ. Преодоление беговой полосы препятствий. П/И «Лапта»	Уметь чётко выполнять задание по ОФП. Соблюдать правила игры.	Проявлять положительн ые качества личности во время игровых ситуаций	Знать правила подвижной игры.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласован ные действия с поведение м партнеров; контроль, коррекция.		Упражнен ия для мышц спины

Список литературы

- Качашкин В.М. Методика физического воспитания.-М., Просвещение, 2017.
- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 2 класс.- М., ВАКО, 2020.
- Матвеев А.П. Физическая культура. Учебник для 1-4 кл.- М., Просвещение, 2023.