

**ФИЛИАЛ МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ОКУНЁВО»
ЗАРОСЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

ул. Новая, 3, с. Зарослое, Бердюжский район, Тюменская область, 627446 тел: 37-1-97, факс 37-1-97

РАССМОТРЕНО
на методическом
совете школы
протокол №1
от 31.08.2020 года

СОГЛАСОВАНО
заведующим филиалом
С.Ю. Суланова
31.08.2020 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Н.П. Кукушкина
31.08.2020 года



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ 2 КЛАССА
НА 2020/2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**
(программа по физической культуре для 1-4 классов
под ред. В.И.Ляха. Москва: Издательство «Просвещение», 2014;
учебник Физическая культура: учебник для 1 - 4 классов / В.И.Лях.
– 4-е изд. – Москва: Издательство «Просвещение», 2017)
102 часа в год, 3 часа в неделю

Разработчик программы
учитель физической культуры
Юдин Александр Павлович
педагогический стаж 27 лет,
квалификационная категория - первая

2020 г

Планируемые результаты освоения учебного предмета "Физическая культура"

(для обучающихся, не имеющих противопоказаний для занятий физической культурой или существенных ограничений по нагрузке)

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования получат:

первоначальные представления 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;

овладеют умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

приобретут навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), **в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

Знания о физической культуре

Ученик научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;
- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Ученик получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Ученик научится:

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
 - измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) в том числе показатели подготовки к выполнению **нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**, вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Ученик получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Ученик научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять организующие строевые команды и приемы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.
- развивать основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Ученик получит возможность научиться:

- *сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;*
- *выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;*
- *играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;*
- *выполнять тестовые нормативы по физической подготовке, в том числе входящие в программу ВФСК «ГТО»;*
- *выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).*

Содержание учебного предмета «Физическая культура»

Знания о физической культуре

Физическая культура. 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. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

Из истории физической культуры. Особенности физической культуры разных народов.

Физические упражнения. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.

Способы физической деятельности

Самостоятельные занятия. 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.

Физическое совершенствование

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие упражнения

На материале гимнастики с основами акробатики

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево).

На материале лёгкой атлетики

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперёд (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в

полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим прыгиванием.

На материале лыжных гонок

Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трёх шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

Тематическое планирование с указанием количества часов на освоение каждой темы

№	Тема	Кол-во часов
1	Знания о физической культуре	3
2	Способы физкультурной деятельности	2
3	Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность:	
	Подвижные игры	12
	Гимнастика с элементами акробатики	18
	Лёгкая атлетика	23
	Лыжная подготовка	21
	Подвижные игры с элементами баскетбола	23
ИТОГО		102

Приложение рабочей программе

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата	
			План	Факт
Знания о физической культуре. Физическая культура.(1ч)				
1	Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	1ч	02.09	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность Легкая атлетика (11 ч)				
2	Ходьба и бег. Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Игра «Пятнашки».	1 ч	03.09	
3	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением. Игра «Пятнашки».	1ч	08.09	
4	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Игра «Пустое место».	1ч	09.09	
5	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Игра «Пятнашки», «Вызов номеров». Челночный бег.	1ч	10.09	
6	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Игра «Вызов номеров».	1 ч	15.09	
7	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. Челночный бег. Игра «К своим флажкам».	1ч	16.09	

	Подготовка к сдаче нормативов ГТО			
8	Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов. Челночный бег. Игра «К своим флажкам».	1ч	17.09	
9	Прыжок с высоты. Челночный бег. Игра «Прыгающие воробушки».	1ч	22.09	
10	Метание малого мяча в горизонтальную цель. Эстафеты. Игра «Защита укрепления».	1ч	23.09	
11	Метание малого мяча в вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Подготовка к сдаче нормативов ГТО	1ч	24.09	
12	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты.	1ч	29.09	
Знания о физической культуре. Из истории физической культуры. (1ч)				
13	Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа	1ч	30.09	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность Гимнастика с элементами акробатики (18 ч)				
14	Строевые упражнения. Кувырок вперед, стойка на лопатках.	1 ч	01.10	
15	Строевые упражнения. Размыкание и смыкание. Кувырок вперед, стойка на лопатках	1ч	06.10	
16	Строевые упражнения. Кувырок вперед, стойка на лопатках. Кувырок в сторону. Игра «Фигуры».	1ч	07.10	
17	Строевые упражнения. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Перекат вперед. Игра «Фигуры».	1ч	08.10	
18	Строевые упражнения. Перекат вперед. Игра «Светофор».	1 ч	13.10	
19	Строевые упражнения. Перекат вперед. Игра «Светофор».	1ч	14.10	
20	Строевые упражнения. Вис стоя и лежа. Игра «Змейка».	1ч	15.10	
21	Строевые упражнения. Вис стоя и лежа. Игра «Змейка».	1ч	20.10	
22	Строевые упражнения. Вис стоя и лежа. Игра «Слушай сигнал».	1ч	21.10	
23	Строевые упражнения. Вис на согнутых руках. Игра «Слушай сигнал».	1ч	22.10	
24	Строевые упражнения. Вис на согнутых руках. Игра «Ветер, дождь, гром, молния».	1ч	03.11	
25	Строевые упражнения. Подтягивания в висе. Игра «Ветер, дождь, гром, молния».	1 ч	05.11	
26	Опорный прыжок, лазание. Лазание по наклонной скамейке. Игра «Иголочка и ниточка».	1ч	10.11	
27	Лазание по наклонной скамейке. Игра «Иголочка и ниточка».	1ч	11.11	
28	Лазание по наклонной скамейке. Игра «Кто приходил?».	1ч	12.11	
29	Лазание по гимнастической стенке. Игра «Кто приходил?».	1 ч	17.11	
30	Лазание по гимнастической стенке. Игра «Слушай сигнал».	1ч	18.11	
31	Лазание по гимнастической стенке. Игра «Слушай сигнал».	1ч	19.11	
Знания о физической культуре. Физические упражнения. (1ч)				
32	Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.	1ч	24.11	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность Подвижные игры (12 ч)				
33	Подвижные игры. «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	1ч	25.11	
34	Подвижные игры. «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты.	1ч	26.11	
35	Подвижные игры. «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты.	1ч	01.12	

36	Подвижные игры. «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты.	1 ч	02.12	
37	Подвижные игры. «Веребочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты.	1ч	03.12	
38	Подвижные игры. Западня», «Конники-спортсмены». Эстафеты.	1ч	08.12	
39	Подвижные игры. «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты.	1ч	09.12	
40	Подвижные игры. «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	1 ч	10.12	
41	Подвижные игры. «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	1ч	15.12	
42	Подвижные игры. Западня», «Конники-спортсмены». Эстафеты.	1ч	16.12	
43	Подвижные игры. «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.	1ч	17.12	
44	Подвижные игры. «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.	1ч	22.12	
Способы физкультурной деятельности. Самостоятельные занятия (1 ч)				
45	Выполнение простейших закаляющих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).	1ч	23.12	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность				
Лыжная подготовка (21ч)				
46	Техника безопасности. Техника ступающего шага. Подготовка к сдаче нормативов ГТО	1ч	24.12	
47	Техника ступающего шага.	1ч	12.01	
48	Передвижение ступающим шагом.	1ч	13.01	
49	Техника скользящего шага. Игра «Прыгаем до елки».	1ч	14.01	
50	Поворот переступанием. Скользящий шаг. Игра «День и ночь».	1ч	19.01	
51	Повороты. Прохождение дистанции скользящим шагом.	1ч	20.01	
52	Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции.	1 ч	21.01	
53	Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции.	1ч	26.01	
54	Техника подъёма ступающим шагом и спуска. Подготовка к сдаче нормативов ГТО	1ч	27.01	
55	Техника подъёма ступающим шагом и спуска. Торможение.	1ч	28.01	
56	Скользящий шаг. Подъём на склон. Эстафеты.	1 ч	02.02	
57	Подъём «лесенкой» и «полуёлочкой». Игра «Кто дальше прокатится?».	1ч	03.02	
58	Попеременный двухшажный ход.	1ч	04.02	
59	Прохождение дистанции. Подготовка к сдаче нормативов ГТО	1ч	09.02	
60	Эстафеты. Прохождение дистанции.	1ч	10.02	
61	Попеременный двухшажный ход, спуски, подъемы, повороты, торможения.	1ч	11.02	
62	Спуск со склона. Эстафеты с подъемами и спусками.	1ч	16.02	
63	Прохождение дистанции. Подвижные игры на лыжах.	1ч	17.02	
64	Передвижение скользящим шагом. Игра «Охотники и олени».	1ч	18.02	
65	Прохождение дистанции скользящим шагом. Подготовка к сдаче нормативов ГТО	1ч	24.02	
66	Игры и эстафеты на лыжах.	1ч	25.02	
Способы физкультурной деятельности. Самостоятельные игры и развлечения. (1 ч)				
67	Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств.	1ч	02.03	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность				
Подвижные игры на основе баскетбола (23ч)				

68	Ловля и передача мяча. Игра «Попади в обруч».	1ч	03.03	
69	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Попади в обруч».	1ч	04.03	
70	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Попади в обруч».	1ч	09.03	
71	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Попади в обруч».	1 ч	10.03	
72	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Попади в обруч».	1ч	11.03	
73	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Передал – садись».	1ч	16.03	
74	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Передал – садись».	1ч	17.03	
75	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Мяч – среднему».	1ч	18.03	
76	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Мяч – среднему».	1ч	23.03	
77	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Мяч – соседу».	1ч	24.03	
78	Ловля, передача, ведение мяча. Игра «Мяч – соседу».	1 ч	25.03	
79	Ведение мяча. Броски в цель. Игра «Передача мяча в колоннах».	1ч	06.04	
80	Ведение мяча. Броски в цель. Игра «Передача мяча в колоннах».	1ч	07.04	
81	Ведение мяча. Броски в цель. Игра «Передача мяча в колоннах».	1ч	08.04	
82	Ведение мяча. Броски в цель. Игра «Передача мяча в колоннах».	1ч	13.04.	
83	Ловля и передача мяча. Броски в цель. Игра «Мяч в корзину».	1ч	14.04	
84	Ловля и передача мяча. Броски в цель. Игра «Мяч в корзину».	1ч	15.04	
85	Ловля и передача мяча. Броски в цель. Игра «Мяч в корзину».	1 ч	20.04	
86	Ловля и передача мяча. Броски в цель. Игра «Мяч в корзину».	1ч	21.04	
87	Ловля и передача мяча. Броски в цель. Игра «Школа мяча».	1ч	22.04	
88	Ловля и передача мяча. Броски в цель. Игра «Школа мяча».	1ч	27.04	
89	Ловля и передача мяча. Броски в цель. Игра «Гонка мячей по кругу».	1ч	28.04	
90	Ловля и передача мяча. Броски в цель. Игра «Гонка мячей по кругу».	1ч	29.04	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность Лёгкая атлетика (12ч)				
91	Ходьба и бег. Ходьба по разметкам. Игра «Команда быстроногих».	1ч	04.05	
92	Ходьба по разметкам. Игра «Команда быстроногих».	1ч	05.05	
93	Ходьба с преодолением препятствий. Игра «Вызов номера».	1ч	06.05	
94	Ходьба с преодолением препятствий. Игра «Вызов номера».	1ч	11.05	
95	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. Игра «Волк во рву».	1ч	12.05	
96	Прыжок в длину с разбега. Игра «Удочка». Подготовка к сдаче нормативов ГТО	1ч	13.05	
97	Прыжок в высоту с разбега. Игра «Резиночка».	1ч	18.05	
98	Метание в горизонтальную мишень. Игра «Кто дальше бросит».	1ч	19.05	
99	Метание в вертикальную цель. Игра «Кто дальше бросит».	1ч	20.05	
100	Метание на дальность. Эстафеты.	1ч	25.05	
101-102	Метание на дальность. Эстафеты. Подведение итогов. Подготовка к сдаче нормативов ГТО	2ч	26.05 27.05	