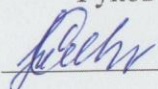
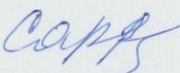



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Зеленовская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО на заседании МО учителей естественно- математического цикла Протокол №1 от « <u>26</u> » <u>08</u> 2020г. Руководитель МО  Сиволапова Т.А.	СОГЛАСОВАНО с заместителем директора по УВР Саввина Е.М.  (подпись)	ПРИНЯТО на заседании Педагогического Совета Протокол №1 от « <u>28</u> » <u>08</u> 2020г.	 УТВЕРЖДАЮ Директор Трегубенко П.А. Приказ № <u>198</u> от « <u>01</u> » <u>09</u> 2020г.
---	---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Уровень общего образования (класс): начальное общее образование 4 класс

Количество часов: 3 часа в неделю

Учитель: Валуйская Любовь Николаевна

2020-2021 учебный год

## РАЗДЕЛ I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа разработана на основании:

- Федерального Закона от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 02.03.2016; с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2016);
- Федерального государственного образовательного стандарт начального общего образования (приказ Минобрнауки РФ 06.10.2009 N 373 (ред. от 31.12.2015);
- Концепции развития физической культуры в Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 24.12.18)
- Приказа Министерства просвещения России от 28.12.2018г. № 345 «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»
- Авторская программа «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012);
- Примерной основной образовательной программы начального общего образования (одобрена федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15);
- Учебного плана МБОУ Зеленовской СОШ на 2020 -2021 учебный год.;
- Основной общеобразовательной программы начального общего образования МБОУ Зеленовской СОШ
- Положения о рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) МБОУ Зеленовской СОШ

Учебник «Физическая культура» -1-4 класс, В.И. Лях; М: Просвещение- 2020 г

### Цели и задачи:

На основании Концепции развития физической культуры целью преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы является создание условий для обеспечения высокого качества преподавания учебного предмета «Физическая культура», повышения его воспитательного и оздоровительного потенциала в образовательных организациях на основе модернизации системы физического воспитания в соответствии с социальными запросами общества и перспективными задачами развития Российской Федерации в современном мире.

**Целью** школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих **образовательных задач:**

- повышение у обучающихся мотивации к регулярным занятиям физической культурой и формирование навыков здорового образа жизни.
- содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

**Технологии, применяемые в обучении:** здоровьесберегающие технологии, игровые, информационно-коммуникативные, технологии разноуровневой дифференциации, соревновательные, блочно-модульные технологии, стимулирующие, защитно-профилактические, технология личностно-ориентированного обучения.

**.Формы контроля:** предварительный, текущий, оперативный или периодический, итоговый контроль, групповая, фронтальная и индивидуальная форма контроля.

В учебном плане МБОУ Зеленовская СОШ количество часов в 4 классе на предмет «Физическая культура» составляет 104 учебных часа (из расчета 3 учебных часа в неделю) Фактически программа 4 класса будет реализована за 104 часов. Срок реализации рабочей программы: 2020-2021 учебный год.

## **РАЗДЕЛ II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровье - сберегающую 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 (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия 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, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техническом уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

#### **В процессе обучения ученик научится:**

##### **Раздел «Знания о физической культуре»**

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней гимнастики, 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 положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

##### **Раздел «Способы физкультурной деятельности»**

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха, соблюдать правила взаимодействия с игроками.
- измерять показатели здоровья физического развития и физической подготовленности, вести систематические наблюдения за их динамикой.

##### **Раздел «Физическое совершенствование»**

- Выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств;
- Выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приемы;
- выполнять легкоатлетические упражнения
- выполнять акробатические упражнения; упражнения на гимнастическом бревне;
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

**В процессе обучения выпускник получит возможность научиться:**

### Раздел «Знания о физической культуре»

- 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 в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.

### Раздел «Способы физкультурной деятельности»

- 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.

### Раздел «Физическое совершенствование»

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять гимнастические упражнения на снарядах;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол и волейбол по упрощенным правилам;
- оценивать величину нагрузки (большая средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

***Демонстрировать уровень физической подготовленности:***

№	Физические способности	Контрольные упражнения (тесты)	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, сек	6,6 и выше	6,5-5,6	5,1 и ниже	6,6 и выше	6,5-5,6	5, 2 и ниже
2	Силовые	Подтягивание из виса (м), Из виса лёжа (д), кол-во раз	1 и ниже	3-4	5 и выше	4 и ниже	8-13	18 и выше
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	130 и ниже	140-160	185 и выше	120 и ниже	140-150	170 и выше
		Метание мяча 150 г, м	16 и ниже	20-25	27 и выше	10 и ниже	12-15	17 и выше
4	Координационные	Челночный бег 3x10 м, сек	9,9 и выше	9,5-9,0	8,6 и ниже	10,4 и выше	10,0-9,5	9,1 и ниже
5	Гибкость	Наклон вперёд сидя на полу, см	2 и ниже	4-6	8 и выше	3 и ниже	7-10	14 и выше

6	Выносливость	6-инутный бег, м	850 и ниже	900-1050	1250 и выше	550 и ниже	750-950	1050 и выше
		Прыжки через скакалку за 1 мин, кол-во раз	65 и ниже	70-85	90 и выше	85 и ниже	90-105	110 и выше

### **Личностные результаты**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Метапредметные результаты**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её 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 учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

## РАЗДЕЛ III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

В предложенной программе выделяются три раздела: «Основы знаний о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование».

Раздел «Основы знаний о физической культуре» включает материал, посвященный истории физической культуры и спорта, строению человека, личной гигиене, физическим способностям человека.

Раздел «Способы физкультурной деятельности» знакомит учеников с возможными движениями человека, а также содержит учебный материал, направленный на освоение основных жизненно важных умений и навыков.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» направлено на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья.

### **Раздел 1. Основы знаний о физической культуре (в процессе уроков)**

История развития физической культуры и первых соревнований. Олимпийские игры. Режим дня и личная гигиена. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

### **Раздел 2. Физическое совершенствование**

#### **Лёгкая атлетика 32ч.**

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. Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги. Бег: медленный равномерный, бег с ускорением, челночный бег 3х10 м, эстафетный бег, бег из различных исходных положений, с изменением направления движения, бег на 30 м с высокого старта.

#### **Гимнастика с основами акробатики 14ч.**

Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения. Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастической скамейке.

#### **Подвижные игры с элементами спортивных игр 44ч.**

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию. На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.. 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.

### **Кроссовая подготовка (14 ч.)**

Совершенствование навыков бега и развитие выносливости: кросс по слабопересеченной местности; упражнений на выносливость; кроссовый бег до 1 км. Равномерный бег до 3 мин. Медленный бег до 4 мин. Бег с преодолением препятствий.

### **Способы физкультурной деятельности (в течение года)**

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол.

Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований. Составление комплексов упражнений утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз. Проведение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, комплексов упражнений на формирование правильной осанки и коррекции физического развития (по индивидуальным заданиям), закаливающих процедур.

Проведение подвижных игр со сверстниками во время активного отдыха и досуга, подготовка мест для игр, подбор соответствующего инвентаря и оборудования.

Простейшие наблюдения за своим самочувствием в процессе занятий физической культурой. Измерения своего роста, массы тела, определение правильности осанки и формы стопы.

### **Критерии и нормы оценки знаний обучающихся**

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного.

К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

«5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

«4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

«3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

«2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе.

В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Футбол: удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись», «Передай мяч головой».

Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта». Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

## РАЗДЕЛ IV. КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

Номер урока	Раздел (количество часов) Тема урока	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
<b>Легкая атлетика 16 ч.</b>				
1	Проведен инструктаж по технике безопасности. Техника бега. Высокий старт.	1	01.09	
2	Техника бега .Высокий старт.	1	02.09	
3	Бег30 м Высокий старт. Входная контрольная работа.	1	04.09	
4	Бег 30м. Учет. Подвижные игры.	1	08.09	
5	Прыжки в длину. Техника бега. Подвижные игры	1	09.09	
6	Прыжки в длину Высокий старт. Подвижные игры,	1	11.09	
7	Прыжок в длину. Бег. Высокий старт. Игра	1	15.09	
8	.Прыжок в длину. Учет. Игра	1	16.09	
9	Метание мяча . Прыжок в длину с места.	1	18.09	
10	Метание мяча .Бег. Прыжок в длину с места.	1	22.09	
11	Метание мяча. Бег. Игра	1	23.09	
12	Метание мяча. Учет .Игра	1	25.09	
13	Прыжки в высоту с разбега. Игра	1	29.09	
14	Прыжки в высоту с разбега. Бег. Игра	1	30.09	
15	Прыжки в высоту с разбега .Бег. Игра	1	02.10	
16	Прыжки высоту с разбега. Учет .Игра	1	06.10	
<b>Кроссовая подготовка 7 ч.</b>				
17	Проведен инструктаж по ТБ. Кроссовая подготовка. Игра	1	07.10	
18	Кроссовая подготовка. Игра	1	09.10	
19	Кроссовая подготовка. Игра	1	13.10	
20	Кроссовая подготовка .Игра	1	14.10	
21	Кроссовая подготовка. Игра	1	16.10	
22	Кроссовая подготовка. Игра	1	20.10	
23	Кроссовая подготовка .Учет. Игра	1	21.10	
<b>Подвижные игры 12 ч</b>				
24	Проведен инструктаж по ТБ. Подвижные игры. «К своим	1	23.10	

	флажкам, Два мороза».			
25	Подвижные игры. «К своим флажкам, Салки – догонялки».	1	27.10	
26	Подвижные игры. «Салки - догонялки, Два мороза».	1	28.10	
27	Подвижные игры. «Салки Ноги на весу». Эстафеты.	1	30.10	
28	Подвижные игры. Салки ноги на весу.Эстафеты.Подвижные игры. «К своим флажкам, Два мороза».	1	10.11	
29	Подвижные игры. «Пятнашки, Зайцы в огороде».	1	11.11	
30	Подвижные игры. «Пятнашки, Зайцы в огороде».	1	13.11	
31	Подвижные игры. Эстафеты.	1	17.11	
32	Подвижные игры. «Лисы и куры, Точный расчет».	1	18.11	
33	Подвижные игры .«Лисы и куры, Точный расчет».	1	20.11	
34	Подвижные игры. Эстафеты.	1	24.11	
35	Подвижные игры. «К своим флажкам, Два мороза».	1	25.11	
<b>Подвижные игры на основе пионербола 14</b>				
36	Проведен инструктаж по ТБ. Техника ловли мяча Игра.	1	27.11	
37	Техника ловли мяча Игра	1	01.12	
38	Учет. Техника ловли мяча Игра	1	02.12	
39	Техника приема мяча. Игра	1	04.12	
40	Прием мяча снизу. Игра	1	08.12	
41	Прием мяча снизу. Игра	1	09.12	
42	Передача мяча сверху. Игра	1	11.12	
43	Передача мяча сверху. Игра	1	15.12	
44	Учет. Передача мяча сверху. Игра	1	16.12	
45	Техника прямой подачи Игра	1	18.12	
46	Техника прямой подачи. Игра	1	22.12	
47	Техника прямой подачи. Игра.	1	23.12	
48	Учебная игра .Пионербол.	1	25.12	
49	Учебная игра.. Пионербол.	1	29.12.	
<b>Подвижные игры на основе баскетбола 18</b>				
50	Проведен инструктаж по ТБ. Ведения мяча Подвижные игры	1	12.01	
51	Ведения мяча Подвижные игры.	1	13.01	
52	Ведения мяча. Подвижные игры.	1	15.01	

53	Ведения мяча. Подвижные игры.	1	19.01	
54	Ведения мяча в движение. Подвижные игры.	1	20.01	
55	Учет. Ведения мяча в движение. Подвижные игры.	1	22.01	
56	Стойка игрока. Подвижные игры.	1	26.01	
57	Стойка игрока. Подвижные игры	1	27.01	
58	Остановка прыжком. Подвижные игры	1	29.01	
59	Остановка прыжком. Подвижные игры	1	02.02	
60	Передача от груди. Подвижные игры	1	03..02	
61	Учет. Передача от груди. Подвижные игры.	1	05.02	
62	Техника ловли мяча. Подвижные игры	1	09.02	
63	Техника ловли мяча Подвижные игры	1	10.02	
64	Техника ловли мяча. Подвижные игры.	1	12.02	
65	Техника броска в кольцо. Подвижные игры.	1	16.02	
66	Техника броска в кольцо. Подвижные игры	1	17.02	
67	Техника броска в кольцо. Подвижные игры.	1	19.02	
<b>Гимнастика 14 ч.</b>				
68	Проведен инструктаж по ТБ. Акробатика. Подвижные игры.	1	24.02	
69	Акробатика. Подвижные игры.	1	26.02	
70	Учет. Акробатика. Подвижные игры	1	02.03	
71	Кувырк вперед. Подвижные игры.	1	03.03	
72	Акробатическое соединение. Подвижные игры	1	05.03	
73	Акробатическое соединение. Подвижные игры.	1	09.03	
74	Учет. Акробатическое соединение. Подвижные игры.	1	10.03	
75	Мост из положения лежа. Подвижные игры.	1	12.03	
76	Мост из положения лежа. Подвижные игры..	1	16.03	
77	Мост из положения лежа. Подвижные игры	1	17.03	
78	Проведен инструктаж по ТБ. Лазанье по канату Подвижные игры	1	19.03	
79	Лазанье по канату. Подвижные игры	1	30.03	
80	Лазанье по канату. Подвижные игры.	1	31.03	
81	Учет Лазанье по канату. Подвижные игры.	1	02.04	
<b>Легкая атлетика 16 ч.</b>				
82	Проведен инструктаж по ТБ. Техника бега.	1	06.04	
83	Техника бега.	1	07.04	

84	Техника бега.	1	09.04	
85	Учет. Бега 30м.	1	13.04	
86	Инструктаж по ТБ. Прыжок в длину	1	14.04	
87	Прыжок в длину	1	16.04	
88	Прыжок в длину	1	20.04	
89	.Учет. Прыжок в длину	1	21.04	
90	Инструктаж по ТБ. Метание мяча.	1	23.04	
91	Метание мяча.	1	27.04	
92	Метание мяча.	1	28.04	
93	Учет. Метание мяча.	1	30.04	
<b>Кроссовая подготовка 7 ч.</b>				
94	Проведен инструктаж ТБ. Прыжок в высоту с разбега.	1	08.05	
95	Прыжок в высоту с разбега.	1	04.05	
96	Прыжок в высоту с разбега.	1	05.05	
97	Учет. Прыжок в высоту,	1	07.05	
98	Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	1	11.05	
99	Кроссовая подготовка. Подвижные игры,	1	12.05.	
100	Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	1	14.05	
101	Кроссовая подготовка .Итоговая контрольная работа,	1	18.05	
102	Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	1	19.05	
103	Кроссовая подготовка. Подвижные игры	1	21.05	
104	Кроссовая подготовка. Подвижные игры,	1	25.05	