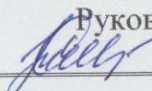
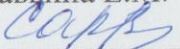
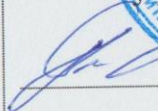


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Зеленовская средняя общеобразовательная школа**



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>09</u> » <u>09</u> 2020г.
---	--	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**Уровень общего образования (класс):** начальное общее образование, 3 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»
- Примерной основной образовательной программы начального общего образования (одобрена федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15);
- Авторская программа «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012);
- Учебного плана МБОУ Зеленовской СОШ на 2020 -2021 учебный год.;
- Основной общеобразовательной программы начального общего образования МБОУ Зеленовская 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 3 классе на предмет «Физическая культура» составляет 100 учебных часа (из расчета 3ч учебных в неделю,) Фактически программа 3 класса будет реализована за 100 часов. Срок реализации рабочей программы: 2020-2021 учебный год.

## **РАЗДЕЛ II. ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ 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 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 (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;
- 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.

#### **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»**

- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества и различать их между собой;
- 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;

- измерять показатели физического развития и физической подготовленности, вести систематические наблюдения за их динамикой;
- 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	6,8 и выше	6,7-5,7	5,1 и ниже	7,0 и выше	6,9-6,0	5,3 и ниже
2	Силовые	Подтягива-ние из виса (м), из виса лёжа (д), кол-во раз	1 и ниже	3-4	5 и выше	3 и ниже	7-11	16 и выше
3	Скоростно- силовые	Прыжок в длину с места, см	120 и ниже	130-150	175 и выше	110 и ниже	135-150	160 и выше
4	Координационн ые	Челночный бег 3x10 м, сек	10,2 и выше	9,9-9,3	8,8 и ниже	10,8	10,3-9,7	9,3 и ниже
		Метание мяча в цель с 6 м из 5 попыток, кол-во попаданий	1 и ниже	3	4 и выше	1 и ниже	3	4 и выше
5	Гибкость	Наклон вперед сидя на полу, см	1 и ниже	3-5	7 и выше	2 и ниже	6-9	13 и выше
6	Выносливость	6-минутный бег, м	800 и выше	850-1000	1200 и ниже	600 и выше	700-900	1000 и ниже
		Прыжки через скакалку за 1 мин, кол-во раз	60 и ниже	65-80	85 и выше	80 и ниже	85-100	105 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.

№	Наименование раздела	Содержание программы
1.	<b>1.Значение о физической культуре (в процессе урока).</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Здоровье и физическое развитие человека.</li> <li>- Строение тела человека, положение тела в пространстве (стойки, седы, упоры, висы).</li> <li>- Основные формы движений (вращательные, ациклические, циклические), напряжение и расслабление мышц при их выполнении.</li> <li>- Работа органов дыхания и сердечно – сосудистой системы, роль зрения и слуха при движениях и передвижениях человека. Внутренних органах, мышечной и кровеносной системах человека, органах чувств.</li> <li>- Возникновение физической культуры у древних людей. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Современные олимпийские игры.</li> <li>- Ходьба, бег, прыжки, лазание и перелезание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека.</li> <li>- Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол.</li> <li>- Режим дня и личная гигиена.</li> <li>- Вести дневник самоконтроля.</li> <li>- Закаливание организма. Осанка.</li> <li>- Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС).</li> </ul>
2.	<b>Способы физкультурной деятельности (в процессе уроков)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Оздоровительные занятия в режиме дня.</li> <li>- Выполнения простейших закаливающих процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).</li> </ul>



	<p><b>1.Самостоятельные занятия</b></p> <p><b>2.Самостоятельные игры и развлечения</b></p>	<p>- Комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища и физических качеств.</p> <p>- Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок.</p> <p>- Проведение элементарных соревнований.</p> <p>- Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря.</p>
<b>3.</b>	<b>Физическое совершенствование</b>	
	<p><b>1.Физкультурно оздоровительная деятельность (в процессе уроков)</b></p> <p><b>2.Спортивно оздоровительная деятельность.</b></p> <p><b>- Гимнастика элементами акробатики-14ч.</b></p> <p><b>- Легкая атлетика-42ч.</b></p>	<p><b>Гимнастика с основами акробатики:</b> Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и право по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание приставными шагами в шеренге. Строевые упражнения. Разминка в движении, на месте, с предметами, прыжковую разминку, в парах, у гимнастической стенки, упражнения на внимание и равновесие и т.д.</p> <p>Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком. Кувырок вперед, с трех шагов и с разбега, мост, стойка на лопатках, вращением обручем.</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и перелезание попластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизированные ходьбы и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью). Выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30сек.на скорость, подтягивание из виса лежа согнувшись, вис на время, прыжки через скакалку, вращение обручем, выполнять упражнения на гибкость, координацию движений, с малыми</p>

<p><b>- Подвижные игры и спортивные игры-44ч.</b></p>	<p>мячами, на матах, на гимнастическом бревне и т.д. круговая разминка, упражнения со скакалкой, с обручем.</p> <p><b>Легкая атлетика:</b></p> <p>Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), стартовый разгон, финиширование, низкий старт. Бег с высокого старта, пробегать на скорость, выполнять челночный бег, беговую разминку. Техника высокого старта, пробегать 30м на время, челночный бег 3-10м.</p> <p>Из разных исходных положений и с разным положением рук.</p> <p>Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.</p> <p>Броски: большого мяча (1кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди, снизу. Метание малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, метание на дальность, в стену, набивного мяча, метание мяча на точность, проходить полосу препятствий.</p> <p><b>Подвижные игры:</b> на материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Салки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики», «Волк во рву», «Веселые старты с предметами» и т.д.</p> <p>- на материала раздела «Легкая атлетика»: «Ловишка», «Пятнышки», «Веселые старты», «Горелки», «Колдунчики», «Салки», «Салки с домиком», «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совушка», «Осада города», «Бегуны и прыгуны», «Грибы и шалуны» и т.д.</p> <p>- на материал раздела «Лыжная подготовка»: «Охотник и олени», «Встречные эстафеты», «День и ночь», «Попади в цель», «Кто дольше прокатится», «На буксире», «Два мороза», «Салки», эстафеты на лыжах, «Догони», «Белка в лесу», «Белка - защитница»,</p> <p>- на материал раздела «Спортивные игры»: Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного – двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; игра «Точная игра».</p> <p>Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча</p>
---	---

		(снизу, от груди, от плеча); игры: «Брось – поймай», «Охотники и утки», «Выстрел небо», «Вышибалы», «Веселые старты», «Веселые старты с мячом», «Попади в цель», «Меткий стрелок», «Забросай противника мячом», «Точно в цель», «Лес, болото, озеро», «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее» и т.д.
		- 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>				
<b>1</b>	Проведен инструктаж по технике безопасности. Техника бега.	<b>1</b>	<b>02.09</b>	
<b>2</b>	Бег 30м. Подвижные игры.	<b>1</b>	<b>03.09</b>	
<b>3</b>	Техника бега. Входной контроль.	<b>1</b>	<b>07.09</b>	
<b>4</b>	Бег 30м Учет. Подвижная игра.	<b>1</b>	<b>09.09</b>	
<b>5</b>	Прыжки в длину.	<b>1</b>	<b>10.09</b>	
<b>6</b>	Прыжок в длину с места.	<b>1</b>	<b>14.09</b>	
<b>7</b>	Прыжок в длину.	<b>1</b>	<b>16.09</b>	
<b>8</b>	Прыжок в длину с разбега. Учет.	<b>1</b>	<b>17.09</b>	
<b>9</b>	Метание мяча.	<b>1</b>	<b>21.09</b>	
<b>10</b>	Метание мяча.	<b>1</b>	<b>23.09</b>	
<b>11</b>	Метание мяча.	<b>1</b>	<b>24.09</b>	
<b>12</b>	Метание мяча. Учет	<b>1</b>	<b>28.09</b>	
<b>13</b>	Прыжки в высоту	<b>1</b>	<b>30.09</b>	
<b>14</b>	Прыжки в высоту	<b>1</b>	<b>01.10</b>	
<b>15</b>	Прыжки в высоту	<b>1</b>	<b>05.10</b>	
<b>16</b>	Прыжки в высоту. Учет	<b>1</b>	<b>07.10</b>	
<b>Кроссовая подготовка 7ч</b>				
<b>17</b>	Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	<b>1</b>	<b>08.10</b>	
<b>18</b>	Кроссовая подготовка. Подвижные игры	<b>1</b>	<b>12.10</b>	
<b>19</b>	Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	<b>1</b>	<b>14.10</b>	
<b>20</b>	Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	<b>1</b>	<b>15.10</b>	
<b>21</b>	Кроссовая подготовка. Учет. Подвижные игры.	<b>1</b>	<b>19.10</b>	
<b>22</b>	Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	<b>1</b>	<b>21.10</b>	

23	Контроль бега на 1000 м. Подвижные игры.	1	22.10	
<b>Подвижные игры 12ч</b>				
24	Подвижные игры. «К своим флажкам, Два мороза». Проведен инструктаж по технике безопасности.	1	26.10	
25	«К своим флажкам, Салки – догонялки».	1	28.10	
26	«Салки - догонялки, Два мороза».	1	29.10	
27	«Салки Ноги на весу». Эстафеты.	1	09.11	
28	«К своим флажкам, Мышеловка».	1	11.11	
29	«Пятнашки, Мышеловка..	1	12.11	
30	«Пятнашки, Зайцы в огороде».	1	16.11	
31	Эстафеты. Метка в цель.	1	18.11	
32	«Кто быстрее, Третий лишний» .Учет.	1	19.11	
33	«Третий лишний. Точный расчет».	1	23.11	
34	Эстафеты с ведением мяча.	1	25.11	
35	Эстафеты с ведением мяча.	1	26.11	
<b>Подвижные игры на основе пионерболла и волейбола 14ч</b>				
36	Техника ловли мяча передача на три.	1	30.11	
37	Техника ловли мяча передача на три. Игра.	1	02.12	
38	Учет. Техника ловли мяча передача на три .Игра.	1	03.12	
39	Прием мяча снизу. Игра.	1	07.12	
40	Прием мяча снизу. Игра.	1	09.12	
41	Прием мяча снизу через сетку. Игра.	1	10.12	
42	Передача мяча сверху через сетку. Игра.	1	14.12	
43	Учет .Передача мяча сверху через сетку.	1	16.12	
44	Техника прямой подачи с низу.	1	17.12	
45	Техника прямой подачи снизу.	1	21.12	
46	Техника прямой подачи снизу.	1	23.12	
47	Учет. Техника прямой подачи с низу.	1	24.12	
48	Учебная игра .Пионербол.	1	28.12	
49	Учебная игра .Пионербол.	1	11.01	

<b>Подвижные игры на основе баскетбола 18ч</b>				
<b>50</b>	Проведен инструктаж по ТБ. Ведения мяча . Остановка мяча.	<b>1</b>	<b>13.01</b>	
<b>51</b>	Ведения мяча. Остановка мяча.	<b>1</b>	<b>14.01</b>	
<b>52</b>	Ведения мяча. Остановка мяча.	<b>1</b>	<b>18.01</b>	
<b>53</b>	Учет. Ведение мяча. Остановка мяча.	<b>1</b>	<b>20.01</b>	
<b>54</b>	Ведение мяча бросок в корзину . Игра	<b>1</b>	<b>21.01</b>	
<b>55</b>	Ведение мяча, бросок в корзину .Игра	<b>1</b>	<b>25.01</b>	
<b>56</b>	Остановка мяча, передача.	<b>1</b>	<b>27.01</b>	
<b>57</b>	Остановка прыжком, передача. .Игра	<b>1</b>	<b>28.01</b>	
<b>58</b>	Стойка игрока, передача. Игра	<b>1</b>	<b>01.02</b>	
<b>59</b>	Учет. Стойка игрока, передача. Игра в баскетбол.	<b>1</b>	<b>03.02</b>	
<b>60</b>	Передача мяча в парах, в тройках.	<b>1</b>	<b>04.02</b>	
<b>61</b>	Передача мяча в парах ,в тройках.	<b>1</b>	<b>08.02</b>	
<b>62</b>	Передача мяча в парах, в тройках.	<b>1</b>	<b>10.02</b>	
<b>63</b>	Передача мяча в парах в тройках .Игра в баскетбол.	<b>1</b>	<b>11.02</b>	
<b>64</b>	Техника ловли мяча. Игра в баскетбол.	<b>1</b>	<b>15.02</b>	
<b>65</b>	Техника броска в кольцо с близкого расстояния. Игра в баскетбол	<b>1</b>	<b>17.02</b>	
<b>66</b>	Учет. Техника броска в кольцо, с близкого расстояния Игра в баскетбол..	<b>1</b>	<b>18.02</b>	
<b>67</b>	Техника броска в кольцо с близкого расстояния. .Игра в баскетбол.	<b>1</b>	<b>22.02</b>	
<b>Гимнастика 14ч</b>				
<b>68</b>	Проведен инструктаж по ТБ. Кувырок вперед . назад. Игра..	<b>1</b>	<b>24.02</b>	
<b>69</b>	Кувырок вперед. назад. Игра.	<b>1</b>	<b>25.02</b>	
<b>70</b>	Учет. Кувырок вперед. назад. Игра.	<b>1</b>	<b>01.03</b>	
<b>71</b>	Акробатические упражнения . Игра.	<b>1</b>	<b>03.03</b>	
<b>72</b>	Акробатические упражнения. Игра.	<b>1</b>	<b>04.03</b>	
<b>73</b>	Учет. Акробатические упражнения .Игра..	<b>1</b>	<b>10.03</b>	
<b>74</b>	Стойка на лопатках. Мост.	<b>1</b>	<b>11.03</b>	
<b>75</b>	Стойка на лопатках. Мост. Игра.	<b>1</b>	<b>15.03</b>	
<b>76</b>	Учет.Стойка на лопатках. Мост. Игра.	<b>1</b>	<b>17.03</b>	
<b>77</b>	Висы и упоры, и перелезание Лазанье по скамейке..	<b>1</b>	<b>18.03</b>	
<b>78</b>	Лазанье по канату. Упражнения в равновесии.	<b>1</b>	<b>29.03</b>	
<b>79</b>	Лазанье по канату. Упражнения в равновесии.	<b>1</b>	<b>31.03</b>	

<b>80</b>	Лазанье по канату. Упражнения в равновесии.	<b>1</b>	<b>01.04</b>	
<b>81</b>	Учетный. Лазанье. Упражнения в равновесии.	<b>1</b>	<b>05.04</b>	
<b>Лёгкая атлетика 13ч</b>				
<b>82</b>	Техника Ходьбы, бега.	<b>1</b>	<b>07.04</b>	
<b>83</b>	Техника Ходьбы бега.	<b>1</b>	<b>08.04</b>	
<b>84</b>	Техника Ходьбы, бега.	<b>1</b>	<b>12.04</b>	
<b>85</b>	Учет. Бега 30м.Ходьба.	<b>1</b>	<b>14.04</b>	
<b>86</b>	Прыжки в длину с разбега. Прыжки с высоты.	<b>1</b>	<b>15.04</b>	
<b>87</b>	Прыжок в длину с места, Прыжок с высоты в квадрат.	<b>1</b>	<b>19.04</b>	
<b>88</b>	Учет. Прыжки в длину, Прыжок в квадрат.	<b>1</b>	<b>21.04</b>	
<b>89</b>	Прыжки в длину с разбега. Прыжок в квадрат..	<b>1</b>	<b>22.04</b>	
<b>90</b>	Метание мяча с места в мишень.	<b>1</b>	<b>26.04</b>	
<b>91</b>	Метание мяча с разбега. Метание в мишень.	<b>1</b>	<b>28.04</b>	
<b>92</b>	Учет. Метание мяча с разбега.	<b>1</b>	<b>29.04</b>	
<b>93</b>	Метание мяча с разбега. Подвижные игры.	<b>1</b>	<b>05.05</b>	
<b>94</b>	Подвижные игры. Итоговая контрольная работа.	<b>1</b>	<b>06.05</b>	
<b>Кроссовая подготовка 6ч</b>				
<b>95</b>	Проведен инструктаж по технике безопасности. Кроссовая подготовка, игра Салки- догонялки.	<b>1</b>	<b>12.05</b>	
<b>96</b>	Кроссовая подготовка игра Салки ноги на весу.	<b>1</b>	<b>13.05</b>	
<b>97</b>	Кроссовая подготовка Мышеловка.	<b>1</b>	<b>17.05</b>	
<b>98</b>	Кроссовая подготовка .Кто быстрее?	<b>1</b>	<b>19.05</b>	
<b>99</b>	Кроссовая подготовка. Охотники и утки.	<b>1</b>	<b>20.05</b>	
<b>100</b>	Кроссовая подготовка.. игра Третий лишний.	<b>1</b>	<b>24.05.</b>	