

Муниципальное образовательное учреждение  
гимназия № 1  
г. Петровска-Забайкальского

<b>«Рассмотрено»</b> Руководитель кафедры Вавилова С.В. _____ Протокол № 1 от «1» сентября 2020 г.	<b>«Согласовано»</b> Заместитель директора по УВР Шабайкина П.В. _____ «1» сентября 2020 г.	<b>«Утверждаю»</b> Директор МОУ-гимназия № 1 Леонова Г.В. _____ Приказ № 1 от «1» сентября 2020 г.
--	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по физической культуре**  
**для учащихся 3 классов**  
**на 2020/2021 учебный год.**

Составитель: Вяткина Н.С  
учитель физической культуры  
1 квалификационная категория

2020 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету “Физическая культура” для 3 классов разработана на основе:

- ✓ Основной образовательной программы начального общего образования муниципального общеобразовательного учреждения - гимназия №1;
- ✓ Образовательной программы начального общего образования по предмету физическая культура;

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### **Знания о физической культуре**

- ✓ о современном олимпийском движении;
- ✓ о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- ✓ об осанке, мероприятиях и упражнениях для её правильного формирования;
- ✓ о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств
- ✓ об особенностях игры в футбол

### **Способы физкультурной деятельности**

- ✓ организовывать и играть в подвижные игры во время отдыха;
- ✓ определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- ✓ выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание, ножные ванны);
- ✓ выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- ✓ составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;
- ✓ вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений

### **Физическое совершенствование**

- ✓ выполнять строевые упражнения
- ✓ демонстрировать технику рзученных упражнений
- ✓ *демонстрировать* положительную динамику уровня ф. подготовленности
- ✓ выполнять комплексы общеразвивающих упражнения на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре»; «Способы физкультурной деятельности»; «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» включает элементарные сведения о физической культуре, из истории физической культуры и о физических

упражнениях.

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью. Раздел включает основные базовые виды программного материала – «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные игры с элементами спортивных игр». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает общеразвивающие упражнения и подвижные игры, которые по своему содержанию согласуются с соответствующим видом спорта.

По окончании изучения каждого раздела программы проводятся внеклассные мероприятия соревновательного характера, они носят воспитательный характер и помогают учащимся закрепить знания и умения, полученные на уроках физической культуры.

В III классе увеличивается объем ф. упр. повышенной координационной сложности из базовых видов спорта (легкой атлетики, гимнастики и акробатики, футбола, волейбола и баскетбола), прикладных ф. упр. с использованием спортивного инвентаря и оборудования.

#### **Распределение программного материала в учебных часах**

<b>Разделы и темы</b>	<b>Количество часов (уроков)</b>
1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	3
2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	3
3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ:	
3.1. Гимнастика с основами акробатики	14
3.2. Легкая атлетика	18
3.3. Подвижные игры	2
3.4. Спортивные игры	
3.4.1 Элементы баскетбола	14
3.4.2 Элементы футбола	8
3.4.3 Элементы волейбола	6
4. Общеразвивающие упражнения	В содержании соответствующих разделов программы
5. Подвижные игры	
Итого	68

№ п/п	Тематический раздел	Кол-во часов
<b>1</b>	<b>ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ</b>	<b>3</b>
	<i>Физическая культура</i>	
	Ф. к. как система укрепления здоровья человека (Осанка) Компл. Упр.	
	Закаливание организма (обтирание). (Ножные ванны)	
	Правила предупреждения травматизма во время занятий ф. у. подбор одежды, обуви.	
	<i>Из истории ФК</i>	
	Олимпийское движение.	
	<i>Физические упражнения</i>	
	Измерение ЧСС	
	Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Основные Ф.к	
<b>2</b>	<b>СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>3</b>
	<i>Самостоятельные занятия</i>	
	Составление компл. УГГ проведение закаливающих процедур	
	Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища	
	Выполнение упр., развивающих основные ф. к	
	Упр. по закреплению изученных техн. действий	
	<i>Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.</i>	
	измерять показатели физ. подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость) с помощью тестовых упражнений	
	<i>Самостоятельные игры и развлечения.</i>	
	Проведение элементарных соревнований (личных) (командных -эстафет)	
<b>3</b>	<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>	<b>62</b>
	<i>Физкультурно-оздоровительная деятельность.</i>	
	Комплексы ф. упр.по профилактике нарушений осанки. Комплексы упр. на развитие ф. качеств. Комплексы дыхательных упражнений.	
	<i>Спортивно-оздоровительная деятельность.</i>	
	<i>Организующие команды и приёмы.</i>	
	перестроение по двое в колонне;	
	повороты без разделения по команде (На носке и пятке)	
<b>3.1</b>	<i>Гимнастика с основами акробатики.</i>	<b>14</b>
	2 -3 кувырка вперёд	
	Перекат с опорой руками за головой.	
	стойка на лопатках; полупереворот назад в поушпагат	
	мост из положения лежа на спине;	
	Комбинация из освоенных элементов + равновесие	
	прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.	
	<i>Гимнастические упражнения прикладного характера</i>	
	Стока на лопатках перекатом	
	2 Кувырка вперёд;	
	перекат с опорой за головой	
	Акробатическая комбинация+ равновесие.	

	<i>Лазание по канату в три приёма</i>	
	Стойки передвижения и повороты, седы на гимнастическом бревне.	
	Висы на г/стенке (упр. из виса стоя, лёжа)	
	На козла с разбега вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук.	
	преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, равновесия	
	<b><i>ОРУ на материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»</i></b>	
	<i>Формирование осанки:</i> ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений	
	<i>Развитие гибкости:</i> широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, взмахами ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте;	
	<i>Развитие координации движений:</i> произвольное преодоление простых препятствий; передвижения с изменяющимися направлениями движения, с остановками в заданной позе; ходьба по г. скамейке, низкому г. бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы;	
	<i>Развитие силовых способностей:</i> динамические упр. с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием тяжести своего тела, комплексы упр.	
	<b><i>Подвижные игры на материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:</i></b>	
	«Парашютисты», «Увертывайся от мяча», «Выше ноги от земли», «Веребочка под ногами»,	
<b>3.2</b>	<b><i>Легкая атлетика</i></b>	18
	<i>Высокий старт</i>	
	Бег с ускорением от 20-30 м	
	Соревнование в беге до 30	
	<i>Бег равномерный</i> до 5 мин	
	<i>Бег:</i> специальные легкоатлетические упражнения, многоскоки. Семенящий бег.	
	<i>Прыжки в длину с разбега</i> на расстояние 60-110 см в полосу приземления шириной 50 см	
	<i>Прыжки в высоту</i> способом «перешагивание» С 3-4 шагов разбега	
	<i>Броски</i> из положения стоя грудью в направлении метания с шага на дальность	
	<i>Метание м/м</i> стоя боком в направлении метания правой и левой рукой на дальность и в горизонт-ю вертикальную цель с расстояния 4-5 м.;	
	<b><i>ОРУ на материале раздела «Легкая атлетика»</i></b>	
	<i>Развитие координации движений:</i> бег с изменяющимся направлением во время передвижения; бег по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной и двух	

	ногах, поочередно на правой и левой	
	<i>Развитие быстроты:</i> повторное выполнение беговых упр. с максимальной скоростью с низкого и высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег «с горки» в максимальном темпе	
	<i>Развитие выносливости:</i> равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой; бег на дистанцию до 400 м; равномерный бег до 6 мин.	
	<i>Развитие силовых способностей:</i> повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в макс. темпе, по кругу, из разных и. п., метание набивных мячей (1—2 кг) одной и двумя руками прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе;	
	<b>Подвижные игры на материале раздела «Легкая атлетика»</b> «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Салки с домиком», «Метатели». «Вызов номеров с примерами» Круговая эстафета	
<b>3</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>2</b>
	ОРУ с м/м	
	Ведение, подбрасывание, ловля м/м из разл. и.п. индивид-но одной рукой	
	<i>Подвижные игры</i> «Защита капитанов», «Попади в мяч», «Встречный бой»	
<b>4</b>	<b>Спортивные игры</b>	
<b>4.1</b>	<b>Футбол</b>	<b>8</b>
	ОРУ спецразминка футболиста	
	<i>передача</i> внешней стор. стопы по неподвижному мячу, катящемуся навстречу с места, с одного-двух шагов;	
	<i>ведение</i> мяча внутр. и внешн. частью подъема по прямой	
	<i>Подвижные игры</i> «Передал — уйди», игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»).	
<b>4.2</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>14</b>
	специальные передвижения, остановка прыжком	
	<i>Передача</i> двумя от груди с места верхняя, с отскоком от пола	
	ведение мяча на месте в высокой средней и низкой стойках	
	бросок мяча с места двумя от груди сбоку от щита	
	<i>Подвижные игры</i> «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей». Эстафеты с элементами бб. «Точки»	
<b>4.3</b>	<b>Волейбол</b>	<b>6</b>
	подводящие упр. для обучения прямой нижней и боковой подаче;	
	прием мяча снизу двумя руками после набрасывания партнёра	
	<i>передача</i> м с собственным подбрасыванием на месте;	
	<i>Подвижные игры</i> «Пионербол», «4 мяча»	

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### Распределение программного материала по четвертям

Условные обозначения

СДД- способы двигательной (физкультурной) деятельности +Знания ф к- Знания о физической культуре

Гимнастика- Гимнастика с основами акробатики

П/и –подвижные игры в

В/б- Волейбол

Л/а- Легкая атлетика

Ф/б- Футбол

Б/б- Баскетбол

I четверть (18ч.)			II четверть (14ч.)			III четверть (20ч.)			IV четверть (16ч.)		
Учебные разделы и темы	Номера уроков	Кол-во часов	Учебные разделы и темы	Номера уроков	Кол-во часов	Учебные разделы и темы	Номера уроков	Кол-во часов	Учебные разделы и темы	Номера уроков	Кол-во часов
<b>Зн./СФД</b>	1-2	1/1	<b>Б/б</b>	19-32	14	<b>Зн.</b>	33	1	<b>В/б</b>	53-54	2
<b>Л/а</b>	3-10	8				<b>Гимнастика</b>	34-47	14	<b>Л/а</b>	55-64	10
<b>Ф/б</b>	11-16	6				<b>Зн.</b>	48	1	<b>СФД</b>	65-66	2
<b>П/и</b>	17-18	2				<b>В/б</b>	49-52	4	<b>Ф/б</b>	67-68	2

#### *Условные обозначения*

Этапы разучивания двигательного действия:

«Р»-разучивание;

«З»-закрепление;

«С»-совершенствование;

«К»-контроль;

«У»-учёт.





### Тематическое планирование 3 кл.

Раздел программы	№ п/п	Содержание уроков	Характеристика деятельности учащихся	Вид контроля	Домашнее задание
		I четверть			
ЗН СДД	1	Спортивная одежда и обувь. (требования)	Руководствуются правилами выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий.	Входное тестирование	Бег в равномерном темпе до 3 минут
		Контроль развития физических качеств (Челночный бег 3х10м. подтягивание на в.и н.перекладине Наклон вперёд.)	Занесение данных в дневник самоконтроля(Д.С.) Выполнять к. тесты. Вести дневник самоконтроля		
		ОРУ на месте без предметов №1	Осваивают комплексы ОРУ		
ЗН СДД	2	Т.Б на уроках Ф.К. Л/а	Соблюдают правила безопасности		
		Контроль развития физических качеств,),(бег 30 м. прыжок в длину с места)	Выполняют контрольные упражнения Результаты записывают в дневник самоконтроля.		
		ОРУ на месте без предметов №1	Осваивают комплексы ОРУ		
Л/а	3	ОРУ на месте без предметов №1	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разуч. Упр.	Текущий	
		Р. Высокий старт	Описывают технику выполнения беговых у.осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		
		П/и «Верёвочка под ногами»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Организуют и проводят данные игры, осуществляют судейство.Используют п/и для активного отдыха		
		П/и «К своим флажкам»			
	4	ОРУ на месте без предметов №1	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разуч. Упр.	Текущий	
		3 .Высокий старт	Описывают технику выполнения беговых у., осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		
		П/и «Верёвочка под ногами»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Организуют и проводят данные игры, осуществляют судейство.Используют п/и для активного отдыха		
		П/и «Волк во рву»			
	5	ОРУ в движении	Осваивают комплексы ОРУ	Текущий	Бег в равномерном темпе до 4 минут
		С. Высокий старт	Демонстрируют вариативное выполнение беговых у. Применяют беговые у для развития коорд-ных, скоростных способностей.		
		Р. Прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания 50-30 см.	Описывают технику выполнения прыжковых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения		
		П/и «Догонялки парами»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Организуют и проводят данные игры, осуществляют судейство.Используют п/и для активного отдыха		
	6	ОРУ в движении	Осваивают комплексы ОРУ	Зачёт Техн. Упр./ Рез-т Бег 30м.	
		К .Высокий старт	Демонстрируют вариативное выполнение беговых у. Применяют беговые у для развития коорд-ных, скоростных способностей. Контролируют физ. нагрузку по ЧСС		
		3. Прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания50-30 см.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, соблюдают правила Т/б		
	7	ОРУ в движении	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разу. упр	Текущий	
		Р.метание м/м на дальность с места из и.п. стоя грудью в направлении метания, одна	Описывают технику метания малого мяча изученным способом, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		

		нога впереди. С. Прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания 50-30 см.	Включают прыжковые упражнения в различные формы занятий по физической культуре		
	8	ОРУ в движении З .метание м/м на дальность с места из и.п. стоя грудью в направлении метания, одна нога впереди. К. Прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания 50-30 см.	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разу. упр Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения метательных у, соблюдают Т/б. Включают метательные у. в различные формы занятий по физической культуре. Демонстрируют вариативное выполнение прыжковых у. Применяют прыжковые у. для развития корд-ных, скоростно-силовых спос-й. контролируют физическую нагрузку по ЧСС	Зачёт Техн. Упр./ Рез-т Прыж. В дл. С Рзб.	
	9	ОРУ на месте в парах С. метание м/м на дальность с места из и.п. стоя грудью в направлении метания, одна нога впереди. П/и «Кто дальше бросит»	Осваивают комплексы ОРУ Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Организуют и проводят данные игры, осуществляют судейство. Используют п/и для активного отдыха	Текущий	Бег в равномерном темпе до 5 минут
	10	ОРУ на месте в парах К .метание м/м на дальность с места из и.п. стоя грудью в направлении метания, одна нога впереди. П/и «Кто дальше бросит» П/и «Круговая эстафета»	Осваивают комплексы ОРУ Демонстрируют технику упражнения. Применяют упр. в метании м/м для развития корд-ных, скоростно-силовых способностей, контролируют физическую нагрузку по ЧСС Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Организуют и проводят данные игры, осуществляют судейство. Используют п/и для активного отдыха	Зачёт Техн. Упр./ Рез-т метан. На дальн. Ссм.	Бег в равномерном темпе до 5 минут
Элементы футбола	11	Правила безопасности на уроках футбола	Соблюдают правила безопасности	Текущий	Повторить изученные на уроке футбольные упражнения
		Спецразминка футболиста	Осваивают спецкомплекс ОРУ		
		Р. Передача внешн. ст. стопы по неподвижному мячу	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		
		Учебная игра «мини-футбол» П.и. «Точная передача».	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Организуют и проводят данные игры, осуществляют судейство. Используют п/и для активного отдыха		
	12	Спецразминка футболиста	Осваивают спецкомплекс ОРУ	Текущий	
		З. Передача внешн/ст/стопы по неподвиж. м	Осваивают технику у., выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе осв-ия.		
		Учебная игра «мини-футбол»	Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по ф. к.		
	13	Спецразминка футболиста	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упражнений	Текущий	
		С. Передача внешн. ст. стопы по неподвиж. м	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		
		Р. Ведение внутренней и внешней частью подъёма по прямой			
Учебная игра «мини-футбол»		Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре			
14	Спецразминка футболиста	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разуч. Упр.	Зачёт		
	З. Ведение внутренней и внешней частью	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.			

		подъёма по прямой			
		К. Передача внешн. ст. стопы по неподвиж. м	Демонстрируют технику упражнения.		
		Учебная игра «мини-футбол»	Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре		
	15	Спецразминка футболиста	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упражнений	Текущий	
		С. Ведение внутренней и внешней частью подъёма по прямой	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		
		Учебная игра «мини-футбол»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют действия П/и для развития кордных и кондиционных способностей. Используют П/и для активного отдыха.		
	16	Спецразминка футболиста	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упражнений	Зачёт	
		К. Ведение внутренней и внешней частью подъёма по прямой	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		
		Соревнования по «мини-футболу»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют П/и для а/отдыха.		
П/и	17	Т. безопасности на уроках П. игр Правила бережного обращения с инвентарём (мячи).	Соблюдают правила безопасности	Текущий	Упражнения в подбрасывании и ловле мяча с заданиями (хлопки, приседания и др.)
		ОРУ на месте с м/м.	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разуч. Упр.		
		Р. Подбрасывание и ловля м/м в парах	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		
	П/и «Встречный бой» «Защита капитанов»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют П/и для активного отдыха. Используют действия П/и для развития кордных и кондиционных способностей			
	18	ОРУ на месте с м/м.	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разуч. Упр.	Текущий	
		З. Подбрасывание и ловля м/м в парах	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		
П/и «Встречный бой» «Защита капитанов»		Взаимодействуют со сверстниками. Используют П/и для активного отдыха. Используют действия П/и для развития кордных и кондиционных способностей			

### Тематическое планирование 3 кл

Раз-дела прогр	№ п/п	Содержание уроков	Характеристика деятельности учащихся	Вид контроля	Домашнее задание
Эле-менты Бас-кет-бола	19	Т.Б. на уроках баскетбола	Соблюдают правила безопасности	Теку-щий	Поднимание туловища из и.п. лёжа на спине за 1 мин. М)-до 42 раз. (Д)- до 36 раз. Пыжки со скакалкой за 1 мин. (на двух ногах.) Сгибание и разгибание рук упоре лёжа от пола; (М)-до 22 раз. (Д)- до 13 раз.
		ОРУ в движении (упр. с опорой на руки)	Осваивают комплексы ОРУ		
		С. Стойка, остановка шагом, держание м. «Гонка мячей в колоннах»	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют характерные ошибок Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха		
	20	История баскетбола		Теку-щий	
		ОРУ в движении (упр. с опорой на руки)	Осваивают комплексы ОРУ		
		С. Стойка, остановка шагом, держание м. «Вслед за мячом», «Верёвочка под ногами»	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха		
	21	Правила обращения с мячом	Описывают состав и содержание ОРУ	Теку-щий	
		ОРУ в движении (упр. с опорой на руки)	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют характерные ошибок		
		Р. Остановка прыжком по зв. сигналу. Р. Специальные передвижения боком	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют характерные ошибок		
		К. Стойка игрока, остановка шагом. П/и «Салки с приседом»	Взаимоконтроль. Характеризуют ошибки при выполнении техн. действий Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха		
	22	ОРУ в движении (упр. с опорой на руки)	Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса.	Зачёт Техн. упр.	
		Р. Спец. передвижения лицом, спиной	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки.		
		З. Остановка прыжком по зв. сигналу. П/и «День и ночь» с передвижением бб-та	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха		
	23	ОРУ с бб/мячами на месте № 1	Осваивают комплексы ОРУ	Теку-щий	
		З. Специальные передвижения	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки.		
С. Остановка прыжком по зв. сигналу		Устраняют недочёты в техн. действий. Варьируют выполнение упр.в игре. Развивают ф. к.			
Р. Бросок мяча с места «двумя от груди» П/и «Зеркало»		Выполняют взаимоконтроль. Характеризуют ошибки при выполнении техн. действий Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха			
24	ОРУ с бб/мячами на месте № 1	Описывают состав и содержание ОРУ	Зачёт Техн. упр.		
	С. Специальные передвижения	Устраняют недочёты в техн. действий. Варьируют выполнение упр.в игре. Развивают ф. к.			
	К. Остановка прыжком по зв. сигналу	Выполняют взаимоконтроль. Характеризуют ошибки при выполнении техн. действий			
	З. Бросок мяча с места «двумя от груди» П/и «Попади в квадрат»	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют характерные ошибок Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха			
25	ОРУ с бб/мячами на месте № 1	Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса.	Теку-щий		
	К. Специальные передвижения	Выполняют взаимоконтроль. Характеризуют ошибки при выполнении техн. действий			
	С. Бросок мяча с места «двумя от груди»	Устраняют недочёты в техн. действий. Варьируют выполнение упр.в игре. Развивают ф. к.			
	Р. Ведение мяча на месте	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют характерные ошибок			
	П/и «Точки» «Нагонялы»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха			

26	ОРУ с бб/м в движении	Осваивают комплексы ОРУ	Зачёт Техн. упр.	
	К. Бросок мяча с места «двумя от груди»	Выполняют взаимоконтроль. Хар-уют ошибки при выполнении техн. действий		
8	З. Ведение мяча на месте	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ош.		
	П/и «Веди, веди на мяч не смотри»	Взаимодействуют. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для а/ отдыха		
27	ОРУ с бб/м в движении	Описывают состав и содержание ОРУ	Теку- щий	
	Р. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют характерные ошибки.		
9	С. Ведение мяча на месте	Устраняют недочёты в техн. действий. Варьируют выполнение упр.в игре. Развивают ф. к.		
	П/и «Светофор»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха		
28	ОРУ с бб/м на месте в парах	Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса.	Зачёт Техн. упр.	
	З. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте П\и «10 передач»	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки.		
10	К. Ведение мяча на месте	Взаимоконтроль. Характеризуют ошибки при выполнении техн. действий		
	П/и «День, ночь с ведением»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха		
29	ОРУ с бб/м на месте в парах	Описывают состав и содержание ОРУ	Теку- щий	
	С. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте	Устраняют недочёты в техн. действий. Варьируют выполнение упр.в игре. Развивают ф. к.		
11	Р. Ведение на месте в выс, ср, низ. стойке	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют хар-ные ошибки.		
	П\и «10 передач» «Не давай мяч водящему»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха		
30	ОРУ с бб/м на месте в парах	Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса.	Зачёт Техн. упр.	
	К. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте	Выполняют взаимоконтроль. Характеризуют ошибки при выполнении техн. действий		
12	З. . Ведение на месте в выс, ср, низ. стойке	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки.		
	П/и «Зеркало»	Взаимодействую. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для отдыха		
31	Упр. в жонглировании с бб/м	Осв-т упр. Демонстрируют вариативное выполнение упр	Теку- щий	
	Прыжки со скакалкой на двух н. (правила)	Осваивать умения выполнять универсальные физические упр-я. Выявлять ошибки при выполнении технических действий		
13	Измерение ЧСС	о физ. подготовке и ее связи с развитием физ. качеств; о физической нагрузке и способах ее регулирования;		
	ОРУ со скакалками	Осваивают комплексы ОРУ		
32	С. Ведение на месте в выс, ср, низ. стойке	Устраняют недочёты в техн. действий. Варьируют выполнение упр.в игре. Развивают ф. к.	Зачёт Техн. упр.	
	П/и «Светофор»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Осуществляют судейство. Исполыз. п/и для активного отдыха		
14	Упр. в жонглировании с бб/м	Осв-т упр. Демонстрируют вариативное выполнение упр	Зачёт Техн. упр.	
	К. Ведение на месте в выс, ср, низ. стойке	Выполняют взаимоконтроль. Характеризуют ошибки при выполнении техн. действий		
	Эстафеты с элементами баскетбола	Включают упр. с мячом в различные формы занятий по физической к.		
	Совершенствование изученных двигательных навыков.			
	Игровой урок			

Тематическое планирование 3-4 кл

Раздел программы	№ пп	Содержание уроков	Характеристика деятельности учащихся	Вид контроля	Домашнее задание
III четверть					
Зн	33 1	Ф.к. как система укрепления здоровья (Осанка)	Иметь представление Об осанке, мероприятиях и упражнениях для её правильного формирования.-3 кл. О плоскостопии и упражнениях для его профилактики-4 кл		Включить в свою УГГ 2 упр. для укреплен. мышц спины,
Гимнастика	34 1	Правила безопасности во время занятий гимнастикой.	Соблюдают правила безопасности	Текущий	
		ОРУ на осанку №1	Осваивают комплексы ОРУ		
		Р.т. стойки на лопатках перекатом.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.устраняют характерные ошибки.		
	35 2	Зн. Закаливание (обтирание)	Иметь представление	Текущий	
		ОРУ на осанку №1	Осваивают комплексы ОРУ		
		З.т. стойки на лопатках перекатом.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти..Устраняют недочёты в технике..		
	36 3	Р.т. кувырка вперед	Осваивают т\упр Выявляют ошибки при выполнении техн. действий.	Текущий	
		П/и «Выше ноги от земли»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б		
		Переноска матов	Взаимодействуют со сверстниками.		
	37 4	ОРУ на осанку №1	Описывают состав и содержание ОРУ	Зачет	
		С.т. стойки на лопатках перекатом.	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр.		
		З.т. кувырка вперед	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти..Устраняют недочёты в технике..		
Развитие гибкости (Определение уровня разв. гибкости)		Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.			
П/и «Раки»		Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б			
38 5	ОРУ на осанку №1	Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса.	Зачет		
	К.т. стойки на лопатках перекатом.	Выполняют взаимоконтроль. Выявляют ошибки при выполнении техн. действий			
	С.т. кувырка вперед	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр.			
	Развитие гибкости (приседания+ наклоны вперед)	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.			
39 6	П/и «Веровочка под ногами»,	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б	Зачет		
	ОРУ на осанку №1	Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса. вставляют недостающие эл-ты			
	Развитие гибкости	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.			
	Р.т. моста из и.п. лежа на спине.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.			
40 6	К.т. кувырка вперед	Выполняют взаимоконтроль. Выявляют ошибки при выполнении техн. действий	Текущий		
	П/и «Спицы»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б			
	ОРУ на осанку №2	Осваивают комплексы ОРУ			
	Упр. для развития гибкости (корзинка, бабочка)	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.			
40 6	Р.т. 2 кувырка вперед.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.	Текущий		
	З.т. моста из и.п. лежа на спине..	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Выявляют свои ошибки.			
	П/и «Шишки, жёлуди. орехи»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б			
40 6	ОРУ на осанку №2	Осваивают комплексы ОРУ	Текущий		
	Развитие гибкости	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.			

7	З.т. 2 кувырка вперед. Упр. на г/бревне (передвиж. седы ) С.т. моста из и.п. лежа на спине. П/и «Борьба на руках»	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Выявляют свои ошибки. Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр. Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б		
41	ОРУ на <u>осанку №2</u> Разв. силы пояса в/конечн.	Описывают состав и содержание ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	Зачет	
8	С.т. 2 кувырка вперед. К.т. моста из и.п. лежа на спине.. Упр. на г/бревне П/и «Вороной конь»	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр. Осуществляют взаимоконтроль. Выявляют ошибки при выполнении техн. действий Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Выявляют свои ошибки. Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б		
42	ОРУ гимнастической палкой Разв. силы пояса в/конечн.	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	Текущий	Продумать комбинацию из 2 изученных акробатических элементов + своё упражнение которое вы уверенно выполняете («Мост», равновесие, шпагат, полушпагат и др.)
9	Упр. на г/бревне С.т. 2 кувырка вперед. Р.т. лазания по канату в три приёма. П/и «Колдунчики»	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр. Выполняют взаимоконтроль. Выявляют ошибки при выполнении техн. действий Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б		
43	ОРУ гимнастической палкой Разв. силы пояса в/конечн.	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	Зачет	
10	К.т. 2 кувырка вперед. Упр. на г/бревне (комб.) З.т.лазания по канату в три приёма. П/и «Борьба в упоре лёжа»	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр.в других условиях. Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр.в других условиях. Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Выявляют свои ошибки. Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б		
44	ОРУ гимнастической палкой С.т. лазания по канату в три приёма. С. Комбинация из освоенных акробатических элементов + равновесие.	Описывают состав и содержание ОРУ, вставляют недостающие эл-ты Устраняют недочёты при выполнении техн. действий.	Текущий	
11	Р.т. опорного прыжка (с разбега вскок в упор стоя на коленях и соскок взмах. рук). Разв. с/силовых качеств П/и «Рыбак и рыбки»	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б		
45	ОРУ гимнастической палкой Разв. с/силовых качеств К.т. лазания по канату в три приёма.	Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса. Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	Зачет	Поднимание туловища из и.п. лёжа на спине за 1 мин. М)-до 42 раз. (Д)- до 36 раз. Пыжки со скакалкой за 1 мин. (на двух ногах.) Сгибание и разгибание рук упоре лёжа от пола; (М)-до 22 раз.
12	З.т. опорного прыжка (с разбега вскок в упор стоя на коленях и соскок взмах. рук). Освоение висов на г. стенке П/и «Бой петухов»	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Выявляют свои ошибки. Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха Соблюдают Т/б		
46	ОРУ обручем Разв. с/силовых качеств С.т. опорного прыжка (с разбега вскок в упор стоя на коленях и соскок взмах.рук)	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	Текущий	
13	Освоение висов на г. стенке П/и «Третий лишний»	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти		
47	ОРУ обручем	Осваивают комплексы ОРУ	Зачет	

	14	Разв. с/силовых качеств	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		(Д)- до 13 раз.
		К.т. опорного прыжка (с разб вскок в упор стоя на коленях и соскок взмах. рук)	Осуществляют взаимоконтроль. Выявляют ошибки при выполнении техн. действий		
		Преодол. полосы препятствий	Демонстрируют вариативное выполнение ранее изученных упр.		
		П/и «Раки»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для а/ отдыха СоблюдаютТ/б		
Зн.	48 1	Олимпийское движение.	Иметь представление О современном олимпийском движении.-3 кл О роли и значении занятий физическими упр. для трудовой и военной деятельности-4кл.		
Элементы волейбола	49  1	Т/б во время занятий п/играми.	Соблюдают правила безопасности	Текущий	Прыжки со скакалкой 1 мин.(на двух). Поднимание туловища ноги не зафиксированы, руки на груди скрестно. Сгибание разгибание рук в упоре лёжа (м)-от пола, (д)-от скамьи высотой 20-25 см.
		ОРУ с в/б мячом №1	Осваивают комплексы ОРУ		
		Р. т. подводящих упр. для обучения прямой нижней; подаче.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		подводяще упр. для в/ передачи	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		«Не давай мяча водящему»	Взаимодействуют со сверстниками. Осуществляют судейство. Соблюдают Т/б. Используют п/и дома		
	50  2	ОРУ с в/б мячом №1	Осваивают комплексы ОРУ	Текущий	
		З. т. Бросков мяча двумя в движ в 3,4-ах.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		З. т. подводящих упр. для обучения прямой нижней; подаче.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки.		
		подводящих упр. для в/ передачи	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		Пионербол	Взаимодействуют со сверстниками. Осуществляют судейство. Соблюдают Т/б. Используют п/и дома		
	51  3	ОРУ с в/б мячом №1	Описывают состав и содержание ОРУ	Текущий	
		С. т. подводящих упр. для обучения прямой нижней; подаче.	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр.в других условиях.		
		Р.т. приема мяча снизу двумя руками после набрасывания партнёра	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		Разв. Скоростно-силовых кач.	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
		Пионербол	Взаимодействуют со сверстниками. Осуществляют судейство. Соблюдают Т/б.		
	52  4	ОРУ с в/б мячом №1	Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса.	Текущий	
		Р.т.подводящих упр. для обучения боковой подаче	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		З.т. приема мяча снизу двумя руками после набрасывания партнёра	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки.		
		Разв. Скоростно-силовых кач.	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
		Пионербол	Взаимодействуют со сверстниками.. Соблюдают Т/б. Используют п/и отдыха		



### Тематическое планирование 3 кл

	№ пп	Содержание занятий	Характеристика деятельности учащихся	Вид контроля	Домашнее задание
Раздел прог.	53	ОРУ с в/б мячом №2 З.т.подводящих упр. для обучения боковой подаче	Осваивают комплексы ОРУ Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки.	Текущий	
	5	С.т. приема мяча снизу двумя руками после набрасывания партнёра Пионербол	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр.в других условиях. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха		
	54	ОРУ с в/б мячом №2 Игровой урок	Осваивают комплексы ОРУ Взаимодействуют со сверстниками. Осуществляют судейство. Соблюдают Т/б. Используют п/и отдыха		
	Л/а	1	55	Т.Б. по прыжкам в высоту ОРУ со скакалкой	Текущий
Броски наб./м с шага			Варьируют ранее изуч. упр.Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
Р.т. прыжка в высоту с бокового разбега.			Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
П/и «Салки с домиком»			Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти		
2		56	ОРУ со скакалкой З.т. прыжка в высоту с бокового разбега.	Осваивают комплексы ОРУ Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Выявляют свои ошибки.	
		Броски наб./м с шага П/и «Невод»	Демонстрируют вариативное выполнение ранее изученных упр.		
3		57	ОРУ на месте типа УГГ С.т. прыжка в высоту с бокового разбега.	Осваивают комплексы ОРУ Устраняют недочёты при выполнении техн. действий.	
		Р.т. Метания м/мяча в вертикальную цель (1,5 х 1,5 м) с расст. 4-5 м.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		П/и «Пустое место»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха		
		58	ОРУ на месте типа УГГ К.т. прыжка в высоту с бокового разбега.	Осваивают комплексы ОРУ Осуществляют взаимоконтроль. Выявляют ошибки при выполнении техн. действий	
4		З.т. Метания м/мяча в вертикальную цель (1,5 х 1,5 м) с расст. 4-5 м.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Выявляют ошибки		
		П/и «Машины едут»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха		
Л/а	5	59	Техника безопасности на занятиях на улице ОРУ в движении	Текущий	
		Бег равномерный, медленный до 2 мин	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
		Р.т. Метание стоя боком в направлении метания п.и л. руками в гор. цель с 4-5 м.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		Мини-футбол (учебная игра)	Взаимодействуют со сверстниками. Осуществляют судейство. Соблюдают Т/б. Используют п/и отдыха		
6	60	ОРУ в движении Бег равномерный, медленный до 2 мин	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
	З.т. Метание стоя боком в направлении метания п.и л. руками в гор. цель с 4-5 м.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки.			
	Мини-футбол (учебная игра)	Взаимодействуют со сверстниками. Осуществляют судейство. Соблюдают Т/б. Используют п/и отдыха			

61	ОРУ в движении	Описывают состав и содержание ОРУ	Текущий			
	С.т. Метание стоя боком в направлении метания п.и л. руками в гор. цель с 4-5 м.	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр.в разл. условиях.				
	Р.т. прыжка в длину с разбега в полосу приземления 50 см. на раст. 60-110 см	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.				
	Бег равномерный, медленный до 3 мин «Вороной конь»	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Взаимодействуют со сверстниками.. СоблюдаютТ/б. Используют п/и дома				
62	ОРУ в движении	Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса.	Зачет	Прыжки со скакалкой 1 мин.(на двух). Поднимание туловища ноги не зафиксированы, руки за головой в замок. Сгибание разгибание рук в упоре лёжа от пола.		
	Бег равномерный, медленный до 3 мин	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.				
	К.т. Метание стоя боком в направлении метания п.и л. руками в гор. цель с 4-5 м.	Выполняют взаимоконтроль. Характеризуют ошибки при выполнении техн. действий				
	З.т. прыжка в длину с разбега в полосу приземления 50 см. на раст. 60-110 см «Круговая эстафета»	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и дома				
63	ОРУ на месте типа УГГ	Описывают состав и содержание ОРУ	Текущий			
	Бег равномерный, медленный до 4 мин	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.				
	С.т. прыжка в длину с разбега в полосу приземления 50 см. на раст. 60-110 см	Устраняют недочёты при выполнении техн. действий. Варьируют выполнение упр.в разл. условиях.				
	«Круговая эстафета»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и дома				
64	ОРУ на месте типа УГГ	Описывают состав и содержание ОРУ	Зачет			
	Бег равномерный, медленный до 4 мин	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.				
	К.т. прыжка в длину с разбега в полосу приземления 50 см. на раст. 60-110 см	Выполняют взаимоконтроль. Выявляют ошибки при выполнении техн. действий				
	«Круговая эстафета»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б.				
СФД	65	ОРУ на месте типа УГГ	Зачет			
	66	Тестирование Ф.к.			Демонстрируют. Измеряют, Фиксируют.	
Эл-ты Футбола	67	Техника безопасности на занятиях по фб	Текущий	Повторение упр. изученных на уроке.		
		Спец. разминка футболиста			Описывают состав и содержание ОРУ	
		Развитие выносливости.			Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	
		Бег равномерный, медленный до 1 мин			Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.	
		Р. Передача внешней частью подъема по катящ. мячу			Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.	
	1	Р.т.ведения внешней и внутренней частью подъема по прямой.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.			
		Мини-футбол (учебная игра)	Взаимодействуют со сверстниками. Осуществляют судейство. Соблюдают Т/б. Используют п/и отдыха			
		68	Спец. разминка футболиста	Текущий		
			Бег равномерный, медленный до 1 мин			Самостоятельно проводят упр. из из разученного комплекса.
			З. Передача внешней частью подъема по катящ. мячу			Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.
З.т.ведения внешней и внутренней частью подъема по прямой.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки.					
Мини-футбол (учебная игра)	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Устраняют свои ошибки. Взаимодействуют со сверстниками. Осуществляют судейство. Соблюдают Т/б. Используют п/иотдыха					