

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

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

РАССМОТРЕНО
на методическом
совете школы
протокол №1
от 31.08.2020 года

СОГЛАСОВАНО
заведующим филиалом
 С.Ю. Суланова
31.08.2020 года


УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

Н.П. Кукушкина
31.08.2020 года

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

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

2020 г

Планируемые результаты освоения учебного предмета "Физическая культура"

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности и:

- получают первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладеют умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- приобретут навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), **в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).**

Знания о физической культуре

Ученик научится:

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

Ученик получит возможность научиться:

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

Способы физкультурной деятельности

Ученик научится:

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

Ученик получит возможность научиться:

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

Физическое совершенствование

Ученик научится:

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

Ученик получит возможность научиться:

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

Содержание учебного предмета «Физическая культура»

Знания о физической культуре

Физическая культура. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

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

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

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО).

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

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

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

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

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность. **Подготовка к нормам и сдаче Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».**

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение. **Подготовка к нормам и сдаче Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».**

Подвижные и спортивные игры.

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

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

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

На материале спортивных игр:

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

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

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

Подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие упражнения

На материале гимнастики с основами акробатики

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

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

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

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

На материале лёгкой атлетики

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

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

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями;

повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

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

На материале лыжных гонок

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

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

Для подготовки и сдачи норм ГТО в начале и в конце учебного года учащиеся сдают упражнения (мониторинг) для определения развития уровня физической подготовленности и физических способностей в отдельности в зависимости от возраста и пола, в количестве – 3 заданий (Бег 30 м., прыжок в длину с места, подтягивание: на высокой перекладине из виса (мальчики), поднимание туловища (девочки)).

Тематическое планирование с указанием количества часов на освоение каждой темы

№	Тема	Кол-во часов
1	Знания о физической культуре	3
2	Способы физкультурной деятельности	1
3	Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность.	1
4	Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность:	
	Подвижные игры	18
	Гимнастика с элементами акробатики	19
	Лёгкая атлетика	21
	Лыжная подготовка	20
	Подвижные игры с элементами баскетбола	19
ИТОГО		102

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата	
			План	Факт
Знания о физической культуре. Физическая культура.(1ч)				
1	Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	1ч	02.09	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность Легкая атлетика (11 ч)				
2	Ходьба через препятствия. Игра «Пустое место».	1ч	03.09	
3	Ходьба через несколько препятствий. Игра «Белые медведи».	1ч	07.09	
4	Ходьба через несколько препятствий. Игра «Белые медведи».	1ч	09.09	
5	Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Команда». Подготовка к сдаче норм ГТО.	1ч	10.09	
6	Бег на результат 30, 60м. Игра «Смена сторон».	1ч	14.09	
7	Прыжок в длину с разбега, с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Гуси-лебеди». Подготовка к сдаче норм ГТО.	1ч	16.09	
8	Прыжок в длину с разбега, с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Лиса и куры».	1ч	17.09	
9	Прыжок в длину с разбега, с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Прыгающие воробушки».	1ч	21.09	
10	Метание малого мяча с места на дальность. Метание в цель. Игра «Попади в мяч».	1ч	23.09	
11	Метание малого мяча с места на дальность. Метание в цель. Игра «Попади в мяч».	1ч	24.09	
12	Метание малого мяча с места на заданное расстояние. Игра «Кто дальше бросит». Подготовка к сдаче норм ГТО.	1ч	28.09	
Знания о физической культуре. Из истории физической культуры. (1ч)				
13	Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.	1ч	30.09	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность Гимнастика с элементами акробатики (19 ч)				
14	Перекаты. Игра: «Что изменилось? ».	1ч	01.10	
15	Кувырки вперед. Игра «Что изменилось?».	1ч	05.10	
16	Кувырки вперед. Игра «Что изменилось?».	1ч	07.10	
17	Стойка на лопатках. Игра «Что изменилось?».	1ч	08.10	
18	Стойка на лопатках. Игра «Совушка».	1ч	12.10	
19	Мост из положения лежа на спине. Игра «Совушка».	1ч	14.10	
20	Вис стоя и лежа. Подтягивание в висе.	1ч	15.10	
21	Подтягивание в висе. Игра «Маскировка»	1ч	19.10	
22	Подтягивание в висе.	1ч	21.10	
23	Подтягивание в висе.	1ч	22.10	
24	Подтягивание в висе.	1ч	02.11	
25	Подтягивание в висе. Комплекс (ГТО).	1ч	05.11	
26	Лазание по наклонной скамейке. Игра «Посадка картофеля».	1ч	09.11	
27	Лазание по наклонной скамейке. Игра «Посадка картофеля».	1ч	11.11	
28	Лазание по наклонной скамейке. Игра «Посадка картофеля».	1ч	12.11	

29	Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии. Игра «Резиночка».	1ч	16.11	
30	Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии. Игра «Резиночка».	1ч	18.11	
31	Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии. Игра «Аист».	1ч	19.11	
32	Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии. Игра «Аист».	1ч	23.11	
Знания о физической культуре.				
Физические упражнения. (1ч)				
33	Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.	1ч	25.11	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность				
Подвижные игры (18 ч)				
34	Подвижные игры. «Пустое место», «Белые медведи». «Удочка».	1ч	26.11	
35	Подвижные игры. «Пустое место», «Белые медведи». «Удочка».	1ч	30.11	
36	Подвижные игры. «Наступление», «Метко в цель».	1ч	02.12	
37	Подвижные игры. «Кто обгонит?», «Через кочки и пенёчки».	1ч	03.12	
38	Подвижные игры. «Кто обгонит?», «Через кочки и пенёчки».	1ч	07.12	
39	Подвижные игры. «Кто дальше бросит?», «Кто обгонит?».	1ч	09.12	
40	Подвижные игры. «Кто дальше бросит?», «Кто обгонит?».	1ч	10.12	
41	Подвижные игры. «Вызов номеров», «Защита укреплений».	1ч	14.12	
42	Подвижные игры. «Вызов номеров», «Защита укреплений».	1ч	16.12	
43	Подвижные игры. «Вызов номеров», «Защита укреплений».	1ч	17.12	
44	Подвижные игры. «Кто дальше бросит», «Волк во рву».	1ч	21.12	
45	Подвижные игры. «Кто дальше бросит», «Волк во рву».	1ч	23.12	
46	Подвижные игры. «Пустое место», «К своим флажкам».	1ч	24.12	
47	Подвижные игры. «Пустое место», «К своим флажкам».	1ч	11.01	
48	Подвижные игры. «Кузнечики», «Попади в мяч».	1ч	13.01	
49	Подвижные игры. «Кузнечики», «Попади в мяч».	1ч	14.01	
50	Подвижные игры. «Паровозики», «Наступление».	1ч	18.01	
51	Подвижные игры. «Паровозики», «Наступление».	1ч	20.01	
Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. (1 ч)				
52	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки	1ч	21.01	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность				
Лыжная подготовка (20 ч)				
53	Вводный. Значение лыжной подготовки.	1ч	25.01	
54	Скольльзящий шаг. Прохождение дистанции в 500-600 метров средним темпе.	1ч	27.01	
55	Скольльзящий шаг. Прохождение дистанции в 500-600 метров средним темпе.	1ч	28.01	
56	Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции в 500-600 метров средним темпе. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1ч	01.02	
57	Попеременный двухшажный ход. Поворот переступанием.	1ч	03.02	
58	Попеременный двухшажный ход. Спуск на лыжах в основной и низкой стойке, подъём ступающим шагом	1ч	04.02	
59	Спуск на лыжах в основной и низкой стойке, подъём ступающим шагом. Подвижные игры на лыжах.	1ч	08.02	
60	Попеременный двухшажный ход. Поворот переступанием. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1ч	10.02	
61	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой. Спуск в основной стойке	1ч	11.02	
62	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой. Спуск в основной и низкой стойке.	1ч	15.02	
63	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой. Поворот переступанием на выкате со склона.	1ч	17.02	
64	Попеременный двухшажный ход. Подъём и спуск на склоне. Поворот переступанием при спуске.	1ч	18.02	

65	Спуск в основной стойке и подъем лесенкой. Поворот переступанием в движении.	1ч	22.02	
66	Спуск в основной стойке и подъем лесенкой. Поворот переступанием в движении.	1ч	24.02	
67	Подъем и спуск на склоне	1ч	25.02	
68	Попеременный двухшажный ход.	1ч	01.03	
69	Техника передвижения на лыжах.	1ч	03.03	
70	Техника передвижения на лыжах.	1ч	04.03	
71	Контрольное упражнение. Ходьба на лыжах 1 км. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1ч	10.03	
72	Подъем и спуск на склоне	1ч	11.03	
Способы физической деятельности.				
Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. (1 ч)				
73	Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	1ч	15.03	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность				
Подвижные игры на основе баскетбола (19 ч)				
74	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (щит). Игра «Передал – садись».	1ч	17.03	
75	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (щит). Игра «Мяч – среднему».	1ч	18.03	
76	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Игра «Мяч-среднему».	1ч	22.03	
77	Бросок двумя руками от груди. «Борьба за мяч».	1ч	24.03	
78	Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Игра «Гонка мячей по кругу».	1ч	25.03	
79	Бросок двумя руками от груди. Игра «Гонка мячей по кругу».	1ч	05.04	
80	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Игры «Обгони мяч», «Перестрелка».	1ч	07.04	
81	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Игры «Обгони мяч», «Перестрелка»	1ч	08.04	
82	Ведение мяча с изменением направления. Игра «Перестрелка»	1ч	12.04	
83	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Игра «Школа мяча».	1ч	14.04	
84	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Игра «Школа мяча». Игра в мини-баскетбол.	1ч	15.04	
85	Ведение мяча с изменением направления. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол.	1ч	19.04	
86	Ведение мяча с изменением направления. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол.	1ч	21.04	
87	Ведение мяча с изменением направления. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол	1ч	22.04	
88	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Игра «Не дай мяч водящему». Игра в мини-баскетбол.	1ч	26.04	
89	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Игра «Не дай мяч водящему». Игра в мини-баскетбол.	1ч	28.04	
90	Ведение мяча с изменением скорости. Игра «Мяч соседу». Игра в мини-баскетбол.	1ч	29.04	
91	Ведение мяча с изменением скорости. Игра «Мяч соседу». Игра в мини-баскетбол.	1ч	05.05	
92	Ведение мяча с изменением скорости. Игра «Кто быстрее?». Игра в мини-баскетбол	1ч	06.05	
Физическое совершенствование. Спортивно-оздоровительная деятельность				
Легкая атлетика (10ч)				
93	Ходьба и бег Круговая эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи».	1ч	12.05	
94	Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Эстафета зверей».	1ч	13.05	
95	Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Эстафета зверей».	1ч	17.05	
96	Бег на результат 30, 60 м. Игра «Смена сторон» Подготовка к сдаче норм ГТО.	1ч	19.05	
97	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Игра «Гуси-лебеди».	1ч	20.05	
98	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Игра «Гуси-лебеди».	1ч	24.05	
99-100	Прыжок в высоту с прямого разбега с зоны отталкивания. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки».	2ч	26.05 27.05	

101-102	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Игра «Зайцы в огороде». Подготовка к сдаче норм ГТО.	2ч	31.05	
---------	--	----	-------	--