

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1»
Г.БОЛОГОЕ, ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ

«Утверждаю»
Директор школы:

Захарнёва Ю.В.
Приказ № 1 от
«30» 08.2023г.

«Согласовано»
с заместителем директора
по УВР _____

Воронкова Н.В.

«Рассмотрено»
на заседании кафедры

Иванова Т.В.
Протокол № 1 от
«30» 08.2023г.

ПРИЛОЖЕНИЕ
(календарно-тематическое планирование)
к программе учебного предмета
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
1-4 класс
3 «Б» класс
на 2023– 2024 годы

Учитель физической культуры:
Воробьева Марина Борисовна,
первая категория

2023 – 2024 учебный год

№ уро ка	Темы уроков	Основные виды деятельности обучающихся	Дата по плану	дата по факту
Раздел 1. Легкая атлетика (25 часов)				
1	Вводный инструктаж по технике безопасности на уроках физкультуры. Физическая культура у древних народов. Игра «Пятнашки»	Вводный инструктаж по технике безопасности на уроках физкультуры. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20 м. Игра «Пятнашки». Знать правила по техника безопасности на уроках физической культуры. Физическая культура у древних народов-т.с		
2	Понятие «короткая дистанция», повторить бег на короткие дистанции. Игра «Салки»	Повторить, что такое строй, шеренга, колонна? Понятие «короткая дистанция», скорость бега. Бег 30 м. Игра «Салки»		
3	Повторить технику бега с высокого старта. Бег с высокого старта 30 метров, Игра «Перебежки»	Разновидности ходьбы, бега, техника бега с высокого старта. Бег с высокого старта 30. Уметь выполнять команду «высокого старта». Знать понятия эстафета, старт, финиш. Игра «Перебежки»		
4	Бег с высокого старта 60 метров. Понятия: эстафета. Команды «старт», «финиш», игра «Перебежки»	Разновидности ходьбы, бега, техника бега с высокого старта. Бег с высокого старта 60 м. Игра «Перебежки», уметь выполнять ускорение.		
5	ОРУ. Повторить технику финиширования, игра «Третий лишний». История появления современного спорта	Уметь выполнять легкоатлетические упражнения. Т.с.- История появления современного спорта Развитие силы и ловкости, скоростных качеств соблюдая правила безопасности во время приземления. ОРУ. Ускорение и показ финиширования		
6	Повторить бег с ускорением 30метров – зачет, подвижная игра «Третий лишний»	Контроль бега 30 метров с высокого старта, закрепить основные беговые упражнениями. Знать название беговых упражнений. Игра «Третий лишний»,		
7	Повторить бег с ускорением 60 метров – зачет, подвижная игра «Пустое место»	Бегать в равномерном темпе (5-6 мин). Преодолевать малые препятствия. Бегать с ускорением 60 м., уметь выполнять ускорение. Игра «Пустое место».		
8	Закрепить основные беговые упражнениями, игра «Космонавты».	Чередовать ходьбу и бег (бег – 100 м, ходьба – 50 м). Знать название беговых упражнений. Игра «Космонавты»		
9	Бег на выносливость 300м – девочки,500м – мальчики. Игра «Вызов номеров»	Равномерный бег 4-5 мин в чередовании с ходьбой. Зачет бега 300м – девочки,500м – мальчики. Уметь выполнять длительный бег на выносливость. Игра «Вызов номеров»		

10	Двигательный режим обучающегося. Техника челночного бега. Игра «Веселые ребята»	Разновидности ходьбы, беговые упражнения. Двигательный режим обучающегося, знать правила выполнения челночного бега. Техника челночного бега 3x10м. с переносом кубиков. Игра «Веселые ребята»		
11	Челночный бег 3x10 м на результат. Игра «Услышь свое имя»	Челночный бег 3x10м. на результат. Бег с изменением направления, игра «Услышь свое имя», знать правила выполнения челночного бега.		
12	Беговые упражнения, круговая эстафета. Игра «Космонавты»	Чередовать ходьбу и бег (бег – 100 м, ходьба – 50 м). Круговая эстафета (расстояние 15 – 30м). Беговые упражнения. Игра «Космонавты», знать правила выполнения круговой эстафеты.		
13	Беговые упражнения, встречная эстафета (расстояние 10 – 20м). Игра «Вызов номеров»	Применять разновидности ходьбы и беговых упражнений. Равномерный бег 4-5 мин в чередовании с ходьбой. Уметь самостоятельно оценивать свои действия		
14	Многоскоки, прыжок в длину с места. Игра «выбивалы»	Разновидности ходьбы, бега, многоскоки. Прыжок в длину с места. Уметь самостоятельно оценивать свои действия. Игра «выбивалы»		
15	Техника прыжка в длину с разбега. Игра «Ловишка с мячом»	Прыжки на одной ноге, на двух на месте, с продвижением вперед. Техника прыжка в длину с разбега. Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.		
16	Упражнения для формирования правильной осанки, прыжок в длину с места на результат. Игра «Рыбак и рыбки».	Беговые, прыжковые упражнения с продвижением вперед. Прыжок в длину с разбега. Игра «Рыбак и рыбки». Прыжок в длину с места зачет. Уметь составлять комплекс упражнений для формирования правильной осанки.		
17	Многоскоки, прыжок в длину с разбега. Игра «Река и ров»	Разновидности ходьбы, бега, прыжков и многоскоки. Уметь выполнять приземление на две ноги. Игра «Река и ров»		
18	Т.Б. Прыжок в длину с разбега на результат. Игра «Рыбак и рыбки». ОРУ.	Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с разбега. Уметь выполнять прыжок в длину с разбега самостоятельно. Игра «Рыбак и рыбки».		
19	Т.Б. Прыжки через скакалку. Эстафета «Смена сторон», игра «Услышь свое имя»	Уметь выполнять прыжки на месте на двух ногах с определенным положением рук. Выполнение команд старт, стартовый разбег техника выполнения – зачет. Прыжки через скакалку, Челночный бег 3x10м. Игра «Услышь свое имя», «смена сторон»		
20	Прыжки через скакалку. Бег по размеченным участкам дорожки. Подвижная игра	Уметь выполнять прыжки на двух ногах с определенным положением рук. ОРУ прыжки через скакалку. Бег по размеченным участкам		

	«Пятнашки»	дорожки. Подвижная игра «Пятнашки»		
21	Обучение технике метания малого мяча. Зачет выполнения многоскоков, игра «зайцы в огороде»	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Разновидности ходьбы, бега. Разнообразные прыжки и многоскоки. Обучение технике метания малого мяча. Игра «Река и ров» Контроль многоскоков.		
22	Понятие «здоровье», техника метания малого мяча. Подвижная игра «Воробьи и вороны».	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Понятие «здоровье». Уметь: правильно выполнять основные движения в беге и ходьбе, бег в равномерном темпе (6 минут). Игра «Воробьи и вороны». Повторить технику метания отработать движение рукой.		
23	Повторить технику метания в цель. Игра «Запрещенное движение»,	Уметь выполнять технику метания малого мяча. Бег в равномерном темпе (6 минут). Челночный бег зачет. Игра «Запрещенное движение»,		
24	Совершенствование техники метания мяча в цель. Закаливание организма. Подвижная игра «Ловишки».	Уметь выполнять технику метания малого мяча, повторить технику метания отработать движение рукой. Бег в равномерном темпе (6 минут). Игра «Запрещенное движение»,		
25	Шестиминутный бег. Эстафеты. Игра «Запрещенное движение».	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях. Формировать потребности к ЗОЖ. Бег в равномерном темпе (6 минут).		
Раздел 2 .Гимнастика с элементами акробатики (30 часов)				
26	Т.Б. на уроках гимнастики, акробатика - кувырок, стойка на лопатках. Эстафеты.	Знать правила поведения и ТБ на уроках гимнастики. ОРУ скакалкой. Прыжки через скакалку. Размыкание и смыкание приставными шагами. Группировка. Эстафеты.		
27	Измерение пульса на занятиях физической культурой. Кувырок вперед, стойка на лопатках – зачет. Строевые упражнения.	Различать и выполнять строевые команды: «Равняйся!» «Смирно!» «Вольно!», размыкание и смыкание приставными шагами. Эстафеты со скакалками. Кувырок вперед, стойка на лопатках – зачет. Развитие координационных способностей. Игра «Фигуры».		
28	Акробатика – кувырок назад, Строевые упражнения, игра «Что изменилось?»	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. ОРУ Прыжки через скакалку, размыкание и смыкание приставными шагами, повороты направо, налево. Акробатика: кувырок назад, игра «Что изменилось?»		
29	Т.Б. Акробатика «мост» из положения лежа, игра «Сумей догнать».	ОРУ. Прыжки через скакалку. Перестроение из колонны по одному в колонны по два, повороты направо, налево. Уметь выполнять «мост» из положения лежа, игра «Сумей догнать».		
30	Т.Б. Акробатика «мост» – зачет, полоса	ОРУ скакалкой. Строевые упражнения. Уметь выполнять		

	препятствий, игра «Светофор».	акробатические элементы. Из стойки на лопатках перекат вперед. Полоса препятствия, прыжки через скакалку. Игра «Светофор».		
31	Т.Б. Акробатика назад, стойка на голове, игра «Два мороза».	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно. Игра «Два мороза».		
32	Повторить изученные акробатические упражнения, строевые упражнения. Игра «Запрещенное движение»	ОРУ в парах. Уметь выполнять акробатические элементы слитно и отдельно. Игра «Запрещенное движение».		
33	Акробатика – зачет. Эстафеты, игра «Погоня».	Уметь выполнять акробатические элементы слитно и отдельно. Выполнить перекаты, кувырки, стойку на лопатках, мост из положения лежа на спине. Игра «Погоня».		
34	Т.Б, Строевая подготовка, круговая тренировка, игра «Погоня».	Выполнять команды «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!». Знать и уметь четко выполнять упражнения в круговой тренировке Игра «Погоня».		
35	Строевые упражнения, полоса препятствия, прыжки через скакалку. Игра «Запрещенное движение».	Выполнять команды «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!». Знать способы преодоления препятствий (лазанье по скамейке, перелазание, перешагивание, переползание. Игра «Запрещенное движение».		
36	Т.Б Строевые упражнения, полоса препятствия, прыжки через скакалку. Игра «Запрещенное движение».	ОРУ скакалкой. Строевые упражнения. Знать способы преодоления препятствий. Прыжки через скакалку. Игра «Запрещенное движение».		
37	Т.Б Строевые упражнения, «мост» лежа на спине - зачет. Игра «Пустое место».	ОРУ Прыжки через скакалку. Уметь: правильно выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации. Акробатика «мост» из положения лежа – зачет. Полоса препятствия, развитие координации. Игра «Пустое место».		
38	Т. б. Виды физических упражнений. Прыжки на гимнастическом мостике в упоре. Игра «Пустое место».	ОРУ скакалкой. Строевые упражнения. Уметь выполнять прыжки на гимнастическом мостике в упоре, с отталкиванием от мостика. Прыжки через скакалку, полоса препятствия, развитие координации. Игра «Светофор».		
39	Прыжки через коня, лазание и перелазание. Игра «Пустое место».	Выполнять команды «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!». Развитие координационных способностей. Уметь лазать по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Пустое место».		
40	Прыжки через коня. Преодоление полосы	Передвигаться по диагонали, противходом, змейкой. Перелезть через		

	препятствий. Игра «Пустое место».	гимнастического коня. Лазать по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Пустое место».		
41	Т.Б. Упражнения в равновесии на бревне. Игра «Кто ушел?»	Бег по диагонали, противходом, змейкой. Уметь держать равновесие на одной ноге; ходьба на бревне. Игра «Кто ушел?». Преодоление полосы препятствий.		
42	ОРУ. Круговая тренировка, игра «Удочка»	Уметь организовать самостоятельную деятельность.		
43	Т.Б. Упражнения в равновесии на бревне. Игра «Удочка»	Передвигаться по диагонали, противходом, змейкой. Уметь ходить приставными шагами по бревну. Игра «Удочка»		
44	Т.Б. Опорный прыжок вскок в упор на колени, игра «Космонавты».	ОРУ скакалкой. Прыжки через скакалку, развитие координации. Уметь выполнять прыжки на гимнастическом мостике в упоре, учить отталкиванию и наскоку на козла в упор, стоя на коленях. Игра «Космонавты», «Пустое место».		
45	Т.Б. Опорный прыжок соскок, игра «Пустое место»	ОРУ. Специальные прыжковые упражнения. Дать понятие о разновидностях опорного прыжка. Совершенствовать разбег, учить отталкиванию и наскоку на козла в упор, стоя на коленях. Игра «Пустое место» Прыжки через скакалку за 1 минуту.		
46	Опорный прыжок в скок в упор, стоя на колени на козла, игра «Пустое место»	ОРУ на гимнастических скамейках. Уметь: владеть приемами саморегуляции, связанные с умением расслаблять и напрягать мышцы. Зачет вскок в упор на колени на козла, игра «Пустое место»		
47	Упражнение в равновесии на бревне, висы. Игра «Пустое место».	ОРУ на внимание и гибкость. Уметь ходить приставными шагами по бревну и выполнять и выполнять несложные упражнения в равновесии. Игра «Пустое место»		
48	Т.Б. Упражнение в равновесии на бревне, Опорный прыжок зачет. Игра «Змейка».	Выполнение строевых команд. Повторить упражнение в равновесии на бревне (высотой 90 см.): ходьба и повороты, приседания и переход в упор присев, в упор на колено. Игра «Змейка».		
49	Т.Б. Равновесие. Висы, строевые упражнения, игра «День, ночь»	Знать повороты, и выполнять строевые команды. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног, вис на согнутых руках. Уметь выполнять лазание по наклонной гимнастической скамейке. Упражнение в равновесии на бревне ходьба и повороты, приседания и переход в упор присев, в упор на колено. Игра «День, ночь».		
50	Равновесие, висы, строевые упражнения, наклон вперед из положения, сидя – зачет.	В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Упражнение в равновесии на бревне (высотой 90 см.): ходьба и		

	Игра «Змейка».	повороты, приседания и переход в упор присев, в упор на колено. Вис на согнутых руках. Игра «Змейка».		
51	Т.Б. Упражнение в равновесии на бревне - зачет. Игра «Пустое место»	ОРУ с обручем. Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Уметь правильно выполнить изученное упражнение на оценку. Вис, стоя и лежа. Игра «Змейка».		
52	Т.Б. ОРУ, лазание по канату, подтягивание – зачет. Игра «Ниточка и иголочка».	ОРУ с обручем Вис, стоя и лежа. Развитие силовых качеств, сгибание рук, в упоре лежа, подтягивание из положения лежа подтягивание – зачет. Уметь исправлять ошибки при выполнении упражнений. Игра «Ниточка и иголочка».		
53	Наклон вперед из положения, сидя – на результат. Игра «Ниточка и иголочка».	ОРУ. Уметь выполнять наклона вперед из положения стоя, сидя. Упражнения на мышцы живота, на гибкость. Вис, стоя и лежа. Наклон вперед из положения сидя – на результат. Игра «Ниточка и иголочка».		
54	ОРУ, лазание по канату, подтягивание, игра «День, ночь»	ОРУ с гимнастическими палками. Уметь организовать самостоятельную разминку. Развивать силовые способности, лазание по канату в 3 приема.		
55	Т.Б., ОРУ, лазание по канату - зачет, игра «Салки на одной ноге».	Передвигаться по диагонали, противходом, змейкой. Лазать по наклонной скамейке в упоре лежа. Знать как выполнять лазание по канату. Игра «Салки на одной ноге».		
Раздел 3. Лыжная подготовка (15 часов)				
56	Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки, ОРУ, игра «Волк во рву»	Соблюдать правила Т.Б. на уроках лыжной подготовки. Понимать технику поворотов на месте. Выполнять повороты на месте вокруг лыж, проходить дистанцию 1000 м		
57	Т.Б. Передвижение на лыжах скользящим шагом 1 км, игра «Снайперы».	Уметь выполнять повороты на месте вокруг лыж. Совершенствовать технику перемещений скользящим шагом без палок, проходить дистанцию 1000 м		
58	Т.Б. Передвижение на лыжах скользящим шагом 1 км, подвижные игры «Снайперы».	Уметь передвигаться на лыжах скользящим шагом без палок. Характеризовать технику скользящего хода и демонстрировать её в условиях игровой и соревновательной деятельности.		
59	Спуски и подъемы, прохождение дистанции 1500 м. Подвижная игра «Посадка картошки», футбол на снегу	Уметь контролировать освоения техники скользящего шага без палок, выполнять торможение плугом. Совершенствовать технику спуска склона в низкой стойке.		
60	Спуски и подъемы, прохождение дистанции	Уметь выполнять спуск в низкой стойке и выполнять подъем наклон наискось. Выполнять торможение плугом. Прохождение		

	1500 м. Подвижная игра «Посадка картошки».	станции 1500 м		
61	Т.Б, обучение торможению на лыжах, игры «Снайперы».	Выполнять спуск в низкой стойке, торможение плугом и подъем на склон наискось. Прохождение дистанции 1500 м		
62	Торможение на лыжах, подъем «елочкой». Игра «пустое место»	Выполнять спуск в низкой стойке, торможение плугом и подъем на склон наискось. Прохождение дистанции 1500 м		
63	Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, спуск с горы на санках, ледянках.	Уметь распределять свои силы при прохождении дистанции		
64	Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, обучение торможению плугом. Игры	Уметь распределять свои силы при прохождении дистанции. Понимать технику торможения плугом		
65	Т.Б. Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности до 2000метров.	Уметь распределять свои силы при прохождении дистанции		
66	Контроль освоения техники скользящего шага игра «Перестрелка»	Передвижение по лыжне до 2-х км, зачет техники скользящего шага. Совершенствовать технику торможения плугом.		
67	Т.Б. ОРУ. Контроль освоения техники торможения плугом. Игра в футбол, катание на ледянках, санках.	Уметь выполнять торможения плугом. Соблюдать технику безопасности при спуске.		
68	Прохождение дистанции 2000 м. Художник по снегу	Выполнять передвижение скользящим шагом, передвижение по лыжне до 2000 м		
69	Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, спуск с горы, подъем «елочкой».	Контроль освоения техники подъема. Уметь распределять свои силы при прохождении дистанции.		
70	Преодоление препятствий, эстафеты на лыжах	Выполнять повороты на месте вокруг лыж и совершенствовать технику перемещений скользящим шагом с преодолением препятствий. Эстафеты на лыжах.		
Раздел 4. Спортивные и подвижные игры (25 часов)				
71	Инструктаж по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Подвижные игры «Заяц без логова», «Удочка». Дозировка физических нагрузок	ОРУ. Чередование ходьбы и бега с изменением длины и частоты шагов. Специальные беговые упражнения. Игры «Заяц без логова», «Удочка»		

72	Т.Б. Подвижные игры «Два мороза», «Невод».	Соблюдать правила ТБ на уроках подвижные игры. Подвижные игры: Два мороза», «Невод».		
73	Т.Б. Подвижные игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит»	Играть в подвижные игры: «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит», эстафеты		
74	Т.Б. Подвижные игры «Волк во рву», «Мышеловка»	Играть в подвижные игры: «Играть в подвижные игры: «Волк во рву», «Мышеловка», эстафеты. Эстафеты. Моделировать игровые ситуации.		
75	Т.Б. Подвижные игры «Гуси - лебеди», «Попрыгунчики - воробушки»	Играть в подвижные игры: «Гуси - лебеди», «Попрыгунчики - воробушки», эстафеты.		
76	Подвижные игры «Пятнашки», «Третий лишний»	Подвижные игры «Пятнашки», «Третий лишний», эстафеты.		
77	Подвижные игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч»	Играть в подвижные игры: «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч», эстафеты.		
78	Т.Б. Подвижные игры «Караси и щука», «Вызов номеров»	Играть в подвижные игры: «Караси и щука», «Вызов номеров», эстафеты.		
79	Т.Б. Подвижные игры «Кот идет», «Гуси-лебеди»	Играть в подвижные игры: «Кот идет», «Гуси-лебеди».		
80	Т.Б. Подвижные игры «Салки на одной ноге», «Летучие рыбки»	Подвижные игры: «Салки на одной ноге», «Летучие рыбки»		
81	Инструктаж по технике безопасности на уроках подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Передал- садись».	Соблюдать правила ТБ на уроках подвижные игры на основе баскетбола; Игра «Передал - садись».		
82	Подвижные игры на основе баскетбола, ведение, передача мяча. Игра «Передал - садись».	Совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом. Ловить и передавать мяч в движении, выполнять ведение на месте правой левой рукой. Броски в цель. Игра «Бросай и поймай».		
83	Подвижные игры на основе баскетбола, ведение, передача мяча. Игра «Мяч среднему».	Ловить и передавать мяча в движении. Выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Бросать в цель. Игра «Мяч среднему».		
84	Подвижные игры на основе баскетбола, бросок мяча в цель. Игра «Передал - садись».	Ловить и передавать мяч в движении. Выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Бросать в цель. Игра «Передал - садись».		
85	Подвижные игры на основе баскетбола,	Ловить и передавать мяч в движении, выполнить правильную		

	ловля и передача мяча в движении. Игра «Борьба за мяч».	остановку рук и ног при выполнении броска и ловли мяча разными пособиями. Выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Игра «Борьба за мяч».		
86	Подвижные игры на основе баскетбола, Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч соседу».	Соблюдать правила ТБ на уроках подвижные игры на основе баскетбола; Использовать подвижные игры для развития основных физических качеств. Игра «Мяч соседу».		
87	Подвижные игры на основе баскетбола, броски мяча в цель. Игра «Гонка мячей по кругу».	Уметь ловить и передавать мяч в движении. Выполнять ведение на месте правой левой рукой. Бросать в цель. Игра «Гонка мячей по кругу».		
88	Подвижные игры на основе баскетбола, ведение мяча на месте. Игра «Передал - садись».	Уметь ловить и передавать мяч в движении. Выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Бросать в цель. Игра «Передал - садись».		
89	Подвижные игры на основе баскетбола, набивание мяча за минуту. Игра «Мяч среднему»	Знать, как ловить и передавать мяча в движении. Выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Бросать в цель. Игра «Мяч среднему».		
90	Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Перестрелка».	Знать, как ловить и передавать мяч в движении. Выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Бросать в цель. Игра «Перестрелка»		
91	Подвижные игры на основе баскетбола, броски мяча в кольцо. Игра «Автобус».	Знать, как ловить и передавать мяч на месте в треугольниках. Выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом и бегом. Бросать двумя руками от груди. Игра «Автобус».		
92	Подвижные игры на основе баскетбола, бросок мяча в кольцо - зачет. Игра «Быстрее в обручи».	Уметь ловить и передавать мяч на месте в треугольниках. Выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом и бегом. Бросать двумя руками от груди. Игра «Быстрее в обручи».		
93	Игра в мини баскетбол в тройках. Игра «Борьба за мяч».	Повторить передачу мяча в движении, выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Игра в мини баскетбол в тройках. Игра «Борьба за мяч».		
94	Игра в мини баскетбол в тройках. Игра «Борьба за мяч».	Повторить передачу мяча в движении, выполнять ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Игра в мини баскетбол в тройках. Игра «Борьба за мяч».		
Раздел 5. Легкая атлетика (7 часов)				
95	Игра в мини баскетбол в тройках. Игра «Борьба за мяч», «Быстрее в обручи».	Уметь: правильно распределять свои силы, оказывать помощь товарищу Повторить передачу мяча в движении, выполнять ведение на месте		

		правой (левой) рукой в движении шагом. Игра в мини баскетбол в тройках. Игра «Борьба за мяч». Игра «Попади в мяч».		
96	Техники безопасности на уроках легкой атлетики. Равномерный бег 5 мин, метание малого мяча в цель	Уметь ходить с заданием, бег с ускорением 30 м. Равномерный бег 5 мин, уметь описывать и осваивать технику метания малого мяча в цель, игра «Команда быстроногих».		
97	Т.Б. Подтягивание, бег 1000метров – зачет. Эстафеты.	Выполнять различные виды ходьбы. Ходить по разметкам. Уметь выполнять подтягивание, бег 1000метров – зачет. Эстафеты.		
98	Т.Б. Челночный бег 3х10м, игра «Горелки».	Уметь описывать и осваивать технику метания малого мяча в цель, (2х2) с 3-4 метров, челночный бег 3х10м, подтягивание, игра «Горелки».		
99	Т.Б, Прыжок в длину с разбега, метание малого мяча в цель, игра «Попади в мяч».	Уметь: самостоятельно выполнять упражнения, равномерный бег 5 мин. Ходьба с преодолением препятствий. 30 м. прыжок в длину с разбега, Игра «Охотники и утки».		
100	Эстафеты, прыжки через скакалку, игра «Зайцы в огороде»	Уметь проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений; Ходьба и бег с преодолением препятствий. Эстафеты, игра «Зайцы в огороде»		
101	Т.Б. Равномерный бег, прыжки через скакалку. Эстафеты.	Уметь контролировать величину нагрузки при выполнении беговых упражнений, равномерный бег, прыжковые упражнения – зачет. Оценивать свои достижения, эстафеты		
102	Спортивный праздник, итоги года.	Подводим итоги года. Спортивный праздник по многоборью.		
По программе: 102часа		Дано фактически:		