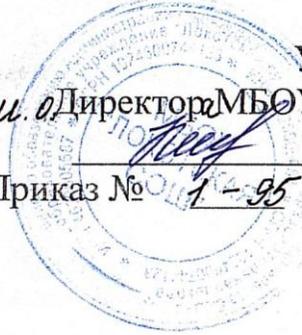


02-03

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Локотская средняя общеобразовательная школа»
Рыльского района Курской области

Принято :
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 31 августа 2023г.

Утверждаю:
И. О. Директор МБОУ « Локотская СОШ»
Копылова С. Д.
Приказ № 14-95 от 31.08 2023г.



Рабочая программа учебного предмета
« Физическая культура»
начального общего образования
3 класс
(2023-2024 уч.г.)

Лямцева Вера Ивановна,
учитель начальных классов
Козинского филиала
МБОУ «Локотская СОШ»

с.Козино

Календарно-тематическое планирование

№ п/ п	Дата		Тема разделов, тем.	Кол- во часов	Характеристика основных видов деятельности	Планируемые результаты (УУД)	Формы контроля
	пл ан	факт					
1.			Организационно-методические требования на уроках физической культуры	1	Ознакомление с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры; повторение строевых упражнений, разучивание подвижных игр «Ловишки», «Колдунишки»	П. иметь первоначальные представления об организационно – методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Фронтальный
2.			Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	Выполнять построение, беговую разминку, упражнение на внимание, осуществлять бег на 30 метров с высокого старта, разучивать подвижные игры «Салки», «Салки – дай руку»,	П. Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – быстроты, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр «Салки», « Салки – дай руку»;	Фронтальный
3.			Техника челночного бега	1	Выполнять построение, разминку, челночный бег, дыхательные упражнения,	П.Иметь представления о технике челночного бега, организовывать здоровьесберегающую	Фронтальный

					упражнения на равновесия	жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики».	
4.			Способы метания мешочка (мяча) на дальность	1	Выполнять построение, беговую разминку, метание мешочка на дальность, дыхательное упражнение, подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстро», наблюдать за своим физическим состоянием.	П.Иметь первоначальные представления о технике метания мешочка на дальность различными способами, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижной игры « Бросай далеко, собирай быстро	Фронтальный
5.			Тестирование метания мешочка на дальность	1	Выполнять построение, беговую разминку, метание мешочка на дальность, дыхательное упражнение, упражнение на внимание, подвижную игру «Собачки ногами», наблюдать за своим физическим состоянием.	П. Иметь представления о методике проведения тестирования метания мешочка на дальность, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – силы, координации движений, быстроты, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижной игры « Собачки ногами»;	Индивидуальный

6.		Пас и его значение для спортивных игр с мячом.	1	Выполнять построение, беговую разминку, разминку в движении, разные варианты паса мяча ногой дыхательное упражнение, упражнение на внимание, спортивную игру «Футбол», наблюдать за своим физическим состоянием.	П. Иметь первоначальные представления о том, что такое пас, о его значении в спортивных играх с мячом, о спортивной игре «Футбол», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и спортивной игры «Футбол».	Фронтальный
7.		Спортивная игра «Футбол»	1	Выполнять построение, беговую разминку, разминку в движении, разные варианты паса мяча ногой дыхательное упражнение, упражнение на внимание, спортивную игру «Футбол», наблюдать за своим физическим состоянием	П. Иметь углубленные представления о том, что такое пас, о его значении в спортивных играх с мячом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и спортивной игре «Футбол»;	Групповой
8.		Прыжок в длину с разбега.	1	Выполнять построение, разминку на месте, прыжок в длину с разбега, дыхательное упражнение, упражнение на внимание, подвижную игру «Собачки ногами», наблюдать за	П. Иметь углубленное представление о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на месте и подвижной игры	Индивидуальный

					своим физическим состоянием	«Собачки ногами»	
9.			Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»	1	Выполнять построение, разминку в движении по кругу, правила спортивной игры «Футбол», контрольная игра в «Футбол», контрольные броски мяча из-за боковой, дыхательное упражнение, подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстро», наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о том, как проводится контрольный урок по футболу, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении по кругу и спортивной игры «Футбол»	Индивидуальный
10.			Тестирование метания мяча на дальность	1	Выполнять построение, разминку с малым мячом, тестирование метания малого мяча на точность, дыхательное упражнение, подвижную игру «Вышибалы», наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о методике проведения тестирования малого мяча на точность, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств- координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с малыми мячами и подвижной игры «Вышибалы»	Индивидуальный

11.		Тестирование наклона вперёд из положения стоя	1	Выполнять построение, разминку, направленную на развитие гибкости, тестирование наклона вперёд из положения стоя, дыхательное упражнение, подвижную игру «Белые медведи», наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о методике проведения тестирования наклона вперёд из положения стоя, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств- гибкости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие гибкости и подвижной игры «Белые медведи»	Индивидуальный
12.		Тестирование подъёма туловища из положения лежа за 30 с.	1	Выполнять построение, разминку, направленную на развитие гибкости, тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с, дыхательное упражнение, подвижную игру «Белые медведи», наблюдать за своим физическим состоянием.	П. владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств- быстроты, силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с малыми мячами и подвижной игры «Белые медведи»	Индивидуальный
13.		Тестирование прыжка в длину с места	1	Выполнять построение, прыжковую разминку, тестирование прыжка в	П. владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за	Индивидуальный

				длина с места, дыхательное упражнение, подвижную игру «Волк во рву», наблюдать за своим физическим состоянием.	счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств- быстроты, силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движения и подвижной игры «Волк во рву»	
14.		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	1	Выполнять построение, прыжковую разминку, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, дыхательное упражнение, подвижную игру «Волк во рву», наблюдать за своим физическим состоянием.	П. владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств- силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельности с помощью прыжковой разминки и подвижной игры «Волк во рву»	Индивидуальный
15.		Тестирование виса на время	1	Выполнять построение, разминку с гимнастическими палками, тестирование виса на время, дыхательное упражнение, подвижную игру «Ловля обезьян с мячом», наблюдать за	П. владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств- выносливости силы, координации движений, организовывать	Индивидуальный

					своим физическим состоянием.	здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими палками и подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	
16.			Футбольные упражнения	1	Выполнять построение, разминку с мячами, футбольные упражнения, подвижную игру «Перестрелка», упражнения на равновесие, дыхательные упражнения, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о футбольных упражнениях, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игрой «Перестрелка»	Фронтальный
17.			Различные варианты футбольных упражнений в парах	1	Выполнять построение, разминку с мячами в парах, футбольные упражнения в парах, подвижную игру «Пустое место», упражнения на внимание и дыхание наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о футбольных упражнениях в парах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игрой «Пустое место»	Фронтальный

18.		Броски и ловля мяча в парах	1	Выполнять построение, разминку с мячами в парах, упражнения в парах с двумя мячами, подвижную игру «Осада города», упражнения на внимание и дыхание	П. иметь первоначальные представления о упражнениях с двумя мячами в парах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в	Фронтальный
19.		Ведение мяча	1	Выполнять построение, правила закаливания, разминку с мячом, технику ведения мяча, подвижную игру «Подвижная цель», игру малой подвижности «Совушка», упражнения на внимание и дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о закаливании и ведении мяча, совершенствовать технику ведения мяча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игрой «Подвижная цель»;	Фронтальный
20.		Кувырок вперед	1	Выполнять построение, разминку на матах, технику кувырка вперед, подвижную игру «Удочка», упражнения на равновесие и дыхание наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о группировке, перекатах и кувырках вперед, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах и подвижной игрой «Удочка»;	Фронтальный

21.		Кувырок вперёд с разбега и через препятствие	1	Выполнять построение, разминку на матах, технику кувырка вперёд с разбега, через препятствие, упражнения на внимание, дыхание наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о выполнении кувырка вперёд через препятствие, углубленные представления о группировке, перекатах и кувырках вперёд, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах и игрового упражнения на внимание;	Фронтальный
22.		Кувырок назад	1	Выполнять построение, разминку на матах с резиновыми кольцами, технику кувырка назад, подвижную игру «Удочка», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о выполнении кувырка назад, углубленные представления о выполнении кувырка вперёд, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах с кольцами и подвижной игрой «Удочка»;	Фронтальный
23.		Круговая тренировка	1	Выполнять построение, разминку с массажным мячом, круговую тренировку, подвижную игру «Мяч в туннеле», упражнения на равновесие и дыхание наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о том, как проходит круговая тренировка, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с массажными мячами, круговой тренировки и подвижной игрой «Мяч в туннеле»;	Фронтальный

24.		Стойка на голове	1	Выполнять построение, разминку с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове, подвижную игру «Парашютисты», упражнения на равновесие, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о стойке на голове, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими палками и подвижной игрой «Парашютисты»;	Фронтальный
25.		Стойка на руках	1	Выполнять построение, разминку с гимнастическими палками, технику стойки на лопатках и руках, подвижную игру «Парашютисты», упражнения на равновесие и дыхание наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о технике выполнения стойки на руках, углубленные представления о технике выполнения стойки на голове, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими палками и подвижной игрой «Парашютисты»;	Фронтальный
26.		Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине	1	Выполнять построение, разминку на сохранение правильной осанки, технику лазания и перелезания на гимнастической стенке, технику виса завесом	П. иметь углубленные представления о технике выполнения виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, а также лазанья по гимнастической стенке, организовывать здоровьесберегающую	Фронтальный

				одной и двумя ногами на перекладине , подвижную игру « Белочка - защитница», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	жизнедеятельность с помощью разминки на сохранение правильной осанки и подвижной игрой «белочка - защитница»;	
27.		Лазание и перелезание по гимнастической стенке	1	Выполнять построение, разминку у гимнастической стенки; различные варианты лазанья и перелезания по гимнастической стенке, технику виса завесом одной и двумя ногами, подвижную игру « Белочка - защитница», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о технике выполнения виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, а также лазанья по гимнастической стенке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на сохранение правильной осанки и подвижной игрой «белочка - защитница»;	Фронтальный
28.		Прыжки в скакалку	1	Выполнять построение, разминку со скакалками, технику прыжков в скакалку, подвижную игру « Горячая линия», упражнения на развитие двигательной памяти, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о технике прыжков в скакалку и со скакалкой, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой подвижной игрой «Горячая линия»;	Фронтальный

29.		Прыжки в скакалку в движении	1	Выполнять построение, разминку со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижную игру «Горячая линия», упражнения на развитие двигательной памяти, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о прыжках в скакалку и тройках, углубленные представления о технике прыжка со скакалкой и в скакалку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой и подвижной игрой «Горячая линия»;	Фронтальный
30.		Лазание по канату в три приёма	1	Выполнять построение, разминку со скакалкой, техника прыжка в скакалку в тройках, лазание по канату в три приёма, подвижную игру «Будь осторожен», упражнения на внимание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о лазанье по канату в три приёма, углубленные представления о технике прыжка в скакалку в тройках, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой и подвижной игрой «Будь осторожен»;	Фронтальный
31.		Круговая тренировка	1	Выполнять построение, разминку со скакалкой, круговую тренировку, подвижную игру «Будь осторожен», упражнения на расслабление, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о прыжках в скакалку в тройках, лазанье по канату в три прима и круговой тренировке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой и подвижной игрой «Будь осторожен»;	Фронтальный

32.		Упражнение на гимнастическом бревне	1	Выполнять построение, разминку на развитие координации движений, технику прыжков в скакалку в движении, упражнения на гимнастическом бревне, подвижную игру «Шмель», упражнения на расслабление, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления об упражнениях на гимнастическом бревне, углубленные представления о прыжках в скакалку в движении, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на сохранение правильной осанки и подвижной игрой «белочка - защитница»;	Фронтальный
33.		Упражнение на гимнастических кольцах	1	Выполнять построение, разминку на развитие координации движений, технику прыжков в скакалку в движении, упражнения на гимнастическом бревне, подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове», упражнения на расслабление, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления об упражнениях на гимнастическом бревне, углубленные представления о прыжках в скакалку в движении, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на сохранение правильной осанки и подвижной игрой «Ловишка с мешочком на голове»;	Фронтальный
34.		Лазание по наклонной гимнастической скамейке	1	Выполнять построение, разминку в движении, варианты лазания по наклонной гимнастической скамейке,	П. иметь первоначальные представления о лазанье по наклонной гимнастической скамейке, организовывать здоровьесберегающую	Фронтальный

				подвижную игру « Белочка - защитница», упражнения на равновесие, наблюдать за своим физическим состоянием.	жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игрой «Белочка - защитница»;	
35.		Варианты вращения обруча	1	Выполнять построение, разминку с обручами в движении, лазание по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча подвижную игру « Перебежки с мешочком на голове», упражнения на равновесие, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о различных вариантах вращения обруча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами в движении и подвижной игрой «Перебежки с мешочками на голове»;	Фронтальный
36.		Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	1	Выполнять организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, технику ступающего и скользящего шага на лыжах без палок.	П. иметь углубленные представления о лыжах, их эксплуатации, о том, какую спортивную форму следует носить, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Фронтальный
37.		Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными	1	Показывать умение пристёгивать крепления, выполнять технику	П. иметь углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без	Фронтальный

		палками		ступающего и и скользящего шага на лыжах с палками и без палок.	лыжных палок и с ними, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	
38.		Повороты на лыжах переступанием и прыжком	1	Выполнять повороты на лыжах переступанием, прыжком, известные лыжные ходы	П. иметь первоначальные представления о повороте на лыжах прыжком, углубленные представления о технике поворота на лыжах переступанием, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без палок, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Фронтальный
39.		Попеременный двухшажный ход на лыжах.	1	Выполнять повороты на лыжах переступанием, прыжком, попеременным двухшажным ходом на лыжах, известные лыжные ходы	П. иметь первоначальные представления о попеременном двухшажным ходе на лыжах, углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без палок, поворотах переступанием и прыжком, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Фронтальный
40.		Одновременный двухшажный ход на лыжах	1	Выполнять попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный	П. иметь первоначальные представления о передвижении на лыжах одновременным двухшажным	Фронтальный

				двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	ходом, углубленные представления о передвижении на лыжах попеременным двухшажным ходом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	
41.		Подъем «полуёлочкой» и «ёлочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	1	Выполнять известные лыжные ходы, подъем «полуёлочкой» и «ёлочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	П. иметь углубленные представления о передвижении попеременным и одновременным двухшажным ходом, о подъеме «полуёлочкой» и «ёлочкой», спуске под уклон в основной стойке на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Фронтальный
42.		Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах	1	Выполнять известные лыжные ходы, подъем «полуёлочкой» и «ёлочкой», подъем «лесенкой» и торможение «плугом», на лыжах	П. иметь первоначальные представления о подъеме «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах, иметь углубленные представления о передвижении попеременным и одновременным двухшажным ходом, о подъеме «полуёлочкой» и «ёлочкой», спуске под уклон в основной стойке на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Фронтальный

43.		Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	1	Выполнять технику передвижения на лыжах «змейкой», технику подъёма на склон и спуск на лыжах со склона	П. иметь углубленные представления о технике передвижения на лыжах, технике спуска со склона «змейкой», о технике подъёма на склон и спуска на лыжах со склона,	Фронтальный
44.		Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	1	Выполнять технику спуска в низкой стойке, подвижную игру на лыжах «Накаты», технику передвижения на лыжах	П. иметь первоначальные представления спуске со склона на лыжах в низкой стойке, углубленные представления о технике передвижения на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Накаты»;	Фронтальный
45.		Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	1	Выполнять прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание со склона в низкой стойке и свободное катание	П. иметь первоначальные представления о своих способностях по преодолению 1,5 км дистанции на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Фронтальный
46.		Контрольный урок по лыжной подготовке	1	Выполнять ранее изученные лыжные ходы, повороты переступанием и прыжком на лыжах, технику передвижения на лыжах «Змейкой, технику подъёма на склон «лесенкой» и спуска в	П. иметь углубленные представления о возможных упражнениях, которые можно выполнить на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Индивидуальный

				низкой стойке		
47.		Усложнённая полоса препятствий	1	Выполнять построение, разминку в движении и передвижение усложнённой полосы препятствий, подвижную игру «Совушки», упражнения на внимание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о правилах прохождения полосы препятствия, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами в движении и подвижной игрой «Совушка»;	Фронтальный
48.		Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	1	Выполнять построение, разминку с гимнастическими скамейками, технику прыжка в высоту с прямого разбега на результат, подвижную игру «Вышибалы с кеглями», упражнения на внимание и дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о прыжках в высоту с прямого разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими скамейками и подвижной игрой «Вышибалы с кеглями»;	Индивидуальный
49.		Прыжок в высоту спиной вперёд	1	Выполнять построение, разминку с перевёрнутыми гимнастическими скамейками, технику прыжка в высоту спиной вперёд, технику прямого разбега, подвижную игру «Штурм», упражнения на	П. иметь первоначальные представления о прыжках в высоту спиной вперёд, иметь углубленные представления о прыжках в высоту с прямого разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с перевёрнутыми	Фронтальный

				внимание, наблюдать за своим физическим состоянием.	гимнастическими скамейками и подвижной игрой «Штурм»;	
50.		Броски мяча через волейбольную сетку	1	Выполнять построение, разминку с мячами, технику броска мяча через волейбольную сетку, подвижную игру «Вышибалы через сетку», упражнения на внимание и дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о бросках через волейбольную сетку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игрой «Вышибалы через сетку»;	Фронтальный
51.		Знакомство с пионерболом	1	Выполнять построение, разминку с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижную игру «Пионербол», упражнения на внимание и дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о том, как можно готовиться к спортивной игре «Волейбол» углубленные представления о том, как выполнить броски и ловлю мяча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игрой «Пионербол»;	Фронтальный
52.		Подвижная игра «Пионербол»	1	Выполнять построение, разминку с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижную игру «Пионербол», упражнения на внимание и дыхание,	П. иметь углубленные представления о том, как можно готовиться к спортивной игре «Волейбол» углубленные представления о том, как выполнить броски и ловлю мяча, организовывать	Фронтальный

				наблюдать за своим физическим состоянием.	здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игрой «Пионербол»;	
53.		Волейбол как вид спорта	1	Выполнять построение, разминку с мячами в парах, знакомство с волейболом, как видом спорта, волейбольные упражнения в парах, подвижную игру «Пионербол», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о волейболе и волейбольных упражнениях, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игрой «Пионербол»;	Фронтальный
54.		Волейбольные упражнения	1	Выполнять построение, разминку с мячами в парах, волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижную игру «Пионербол», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о волейбольных упражнениях, выполняемых через сетку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игрой «Пионербол»;	Фронтальный
55.		Спортивная игра «Волейбол»	1	Выполнять построение, разминку с мячами в парах, волейбольные упражнения, выполняемые	П. иметь углубленные представления о волейбольных упражнениях, выполняемых через сетку, организовывать	Фронтальный

				через сетку, подвижную игру «Пионербол», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игрой «Пионербол»;	
56.		Контрольный урок по волейболу	1	Выполнять построение, разминку с мячами в движении, волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижную игру «Пионербол», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь первоначальные представления о том, как проходит контрольный урок по волейболу, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в движении и подвижной игрой «Пионербол»;	Фронтальный
57.		Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу»	1	Выполнять построение, разминку с набивными мячами, технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», подвижную игру «Точно в цель», повороты направо и налево прыжком, упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способами «от груди» и «снизу», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивными мячами, и подвижной игрой «Точно в цель»;	Фронтальный
58.		Броски набивного мяча правой и левой рукой	1	Выполнять построение, разминку с набивными мячами, технику бросков набивного мяча способами «из-за головы», разучить	П. иметь первоначальные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способами «снизу» и «от плеча», углубленные представления о том,	Фронтальный

				<p>технику броска набивного мяча правой и левой рукой, подвижную игру «Точно в цель», повороты направо и налево прыжком, упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.</p>	<p>как выполняется бросок набивного мяча способом «из-за головы», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивными мячами, и подвижной игрой «Точно в цель»;</p>	
59.		Броски набивного мяча правой и левой рукой	1	<p>Выполнять построение, разминку с набивными мячами, технику бросков набивного мяча способами «из-за головы», разучить технику броска набивного мяча правой и левой рукой, подвижную игру «Точно в цель», повороты направо и налево прыжком, упражнения на дыхание и равновесие, наблюдать за своим физическим состоянием.</p>	<p>П. иметь углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способами «снизу» и «от плеча», углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способом «из-за головы», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивными мячами, и подвижной игрой «Точно в цель»;</p>	Фронтальный
60.		Тестирование виса на время	1	<p>Выполнять построение, разминку с мячом в движении, технику виса на время, подвижную игру «Борьба за мяч», упражнения на дыхание, наблюдать за своим</p>	<p>П. владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – силы и выносливости, организовывать здоровьесберегающую</p>	Индивидуальный

				физическим состоянием.	жизнедеятельность с помощью разминки с мячом в движении, и подвижной игрой «Борьба за мяч»;	
61.		Тестирование наклона вперёд из положения стоя	1	Выполнять построение, разминку с мячом в движении, наклон вперёд из положения стоя, подвижную игру «Борьба за мяч», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П.владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – гибкости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом в движении, и подвижной игрой «Борьба за мяч»;	Индивидуальный
62.		Тестирование прыжка в длину с места	1	Выполнять построение, разминку, направленную на подготовку к прыжкам в длину, спортивную игру «Гандбол», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П.владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, и спортивной игры «Гандбол»;	Индивидуальный
63.		Тестирование	1	Выполнять построение,	П.владеть навыком систематического	Индивидуаль-

		подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись		разминку, направленную на подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись, подвижную игру «Гандбол», упражнения на дыхание, равновесие наблюдать за своим физическим состоянием.	наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на координацию движений и спортивной игры «Гандбол»;	ный
64.		Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30с	1	Выполнять построение, разминку, направленную на развитие координации движения, темпирование подъёма туловища из положения лежачего за 30 с подвижную игру «Гандбол», упражнения на дыхание, равновесие наблюдать за своим физическим состоянием.	П. владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на координацию движений и спортивной игры «Гандбол»;	Индивидуальный
65.		Знакомство с баскетболом	1	Выполнять построение, разминку с мячом на месте и в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо,	П. иметь первоначальные представления о спортивной игре «Баскетбол», организовывать здоровьесберегающую	Индивидуальный

				спортивную игру «Баскетбол», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на координацию движений и спортивной игры «Баскетбол»;	
66.		Тестирование метания малого мяча на точность	1	Выполнять построение, разминку с мячом на месте и в движении, тестирование метания малого мяча на точность, спортивную игру «Баскетбол», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счёт отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – ловкости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом на месте и в движении и спортивной игры «Баскетбол»	Индивидуальный
67.		Подвижные и спортивные игры	1	Выполнять построение, разминку с мячом в движении, технику бросков мяча в баскетбольные кольца, спортивную игру «Баскетбол», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.	П. иметь углубленные представления о технике бросков мяча в баскетбольное кольцо, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом движений и спортивной игры «Баскетбол»	Фронтальный

68.			Спортивная игра «Футбол»	1	<p>Выполнять построение, разминку в движении, подвижную игру «Собачки ногами», спортивную игру «Футбол», упражнения на дыхание, наблюдать за своим физическим состоянием.</p>	<p>П. иметь углубленные представления о футболе, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Собачки ногами».</p>	Индивидуальный

