ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0267A9C000F3AC2EAC4C36A39A3A2D1F5F
Владелец: Морощук Татьяна Владимировна
Действителен: с 22.03.2021 до 22.06.2022

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Замчаловская основная общеобразовательная школа.

«Утверждаю»
Директор МБОУ Замчаловской ООШ
Приказ от 01.09.2021 № 9

Подпись руководителя _____ Морощук Т.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень общего образования начальное общее образование

Класс 3

УМК В.И. Лях

Общее количество часов **102**

Учитель **Смолко Анатолий Юрьевич**

Программа разработана на основе

- ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
- Примерной программы по физической культуре для 1-3 классов /автор В.И. Лях – 3 изд. – М.: Просвещение, 2013.

2021-2022 учебный год

Личностные, метапредметные и предметные результаты

освоения учебного предмета

Базовым результатом образования в области физической культуры и спорта в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура»

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

— умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

— умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

— бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

— характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;

— взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

— в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

— находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

— выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

— выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Планируемые результаты изучения учебного предмета.

Требования к уровню подготовки обучающихся

3 класс

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 3 класса должны:

иметь представление:

- о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
- о символике и ритуале проведения Олимпийских игр
- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
- об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;

уметь:

- составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
- выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;
- проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);

- 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;

демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 1).

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	Низкий	высокий	средний	низкий
	для мальчиков			для девочек		
Подтягивание в висе	5	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись				12	8	5
Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125
Бег 30 м с высокого старта,	5,8 – 5,6	6,3 – 5,9	6,6 – 6,4	6,3 – 6,0	6,5 – 5,9	6,8 – 6,6
Бег 1000 м, мин	5.00	5.30	6.00	6.00	6.30	7.00

Формирование универсальных учебных действий:

Личностные УУД

- Ценностно-смысловая ориентация учащихся,
- Действие смыслообразования,
- Нравственно-этическое оценивание

Коммуникативные УУД

- Умение выражать свои мысли,
- Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
- Управление поведением партнера: контроль, коррекция.
- Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.
- Построение высказываний в соответствии с условиями коммутации.

Регулятивные УУД

- Целеполагание,
- волевая саморегуляция,
- коррекция,
- оценка качества и уровня усвоения.
- Контроль в форме сличения с эталоном.

- Планирование промежуточных целей с учетом результата.

Познавательные универсальные действия:

Общеучебные:

- Умение структурировать знания,
- Выделение и формулирование учебной цели.
- Поиск и выделение необходимой информации
- Анализ объектов;
- Синтез, как составление целого из частей
- Классификация объектов.

Содержание учебного предмета, курса

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения

и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

В результате освоения предметного содержания дисциплины «Физическая культура» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

В разделе «Тематическое планирование» излагаются темы основных разделов программы и приводятся характеристики деятельности учащихся. Данные характеристики ориентируют учителя физической культуры на результаты педагогического процесса, которые должны быть получены в конце освоения содержания учебного курса.

В программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

3 класс (102)

ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (5ч)

Правила ТБ при занятиях физической культурой. Организация мест занятий физической культурой, разминка, подготовка инвентаря, выбор одежды и обуви.

Зарождение физической культуры на территории Древней Руси.

Символика и ритуал проведения Олимпийских игр. Церемония открытия и закрытия Олимпийских игр, талисманы олимпийских игр, олимпийские символы.

Физическое развитие и физическая подготовка. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств

СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (в процессе уроков)

Правила составления комплексов ОРУ, упражнения на развитие различных мышечных групп, упражнения с предметами.

Контроль за состоянием организма по ЧСС. Измерение ЧСС во время выполнения физических упражнений.

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Игры и развлечения в зимнее время года. Игры и развлечения в летнее время года. Подвижные игры с элементами спортивных игр.

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (97ч)

Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе уроков)

Оздоровительные формы занятий. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Развитие физических качеств. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Профилактика утомления. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (29ч)

Беговые упражнения (15ч)

Ходьба с изменением длины и частоты шага.

Ходьба через препятствия. Ходьба через несколько препятствий.

Чередование ходьбы и бега (бег - 60 м, ходьба - 90 м).

Специально-беговые упражнения.

Бег в коридоре с максимальной скоростью.

Преодоление препятствий в беге.

Бег с максимальной скоростью (30 м). (60 м).

Бег на результат (30, 60 м).

Челночный бег.

Встречная эстафета.

Эстафеты с бегом на скорость.

Кросс (1 км).

Выявление работающих групп мышц

Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений

Понятия «эстафета», «старт», «финиш»

Игры «Пустое место», «Белые медведи», «Смена сторон», «Команда быстроногих», «Гуси-лебеди», «Салки», «Рыбаки и рыбки», «Эстафета зверей», «Перебежка с выручкой».

Прыжковые упражнения(7ч)

Прыжок в длину с места.

Прыжок с высоты 60 см.

Прыжок в длину с короткого разбега.

Прыжок в длину с полного разбега с зоны отталкивания.

Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания.

Многоскоки.

Игры «Гуси лебеди», «Лиса и куры», «Прыгающие воробушки».

Правила соревнований в беге, прыжках

Броски большого, метания малого мяча (7ч)

Метание в цель с 4-5 м.

Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние.

Метание набивного мяча.

Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Игры «Попади в мяч», «Кто дальше бросит», «Дальние броски», «Зайцы в огороде».

Правила соревнований в метании

ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (45ч)

Подвижные игры (10ч)

Эстафеты с предметами и без них.

Игры «Заяц без логова», «Удочка», «Наступление», «Метко в цель», «Кто дальше бросит», «Вызов номеров», «Защита укреплений», «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки», «Вол во рву», «Пустое место», «К своим флажкам».

Подвижные игры на основе баскетбола (13ч)

Ловля и передача мяча на месте и в движении.

Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, в квадратах, в круге.

Ведение на месте правой (левой) рукой на месте, в движении шагом и бегом.

Ведение мяча с изменением направления и скорости.

Броски в цель (щит).

Бросок двумя руками от груди.

Игры «Передал - садись», «Мяч - среднему», «Борьба за мяч», «Гонка мячей по кругу», «Обгони мяч», «Перестрелка», «Мяч - ловцу», «Не дай мяч водящему», «Мяч соседу». Игра в мини-баскетбол.

Подвижные игры на основе волейбола (13 ч)

Перемещения. Ходьба и бег по сигналу.

Остановка скачком после ходьбы и бега.

Броски набивного мяча и ловля его в положении «сверху».

Вкладывание волейбольного мяча в положении «передача».

По сигналу принятие стойки волейболиста, имитация передачи мяча.

Передача мяча подброшенного над собой и партнером.

Во время перемещения по сигналу – передача мяча.

Передача в парах.

Прием снизу двумя руками. Мяч набрасывает партнер.

Передачи у стены многократно с ударом о стену.

Передача мяча, наброшенного партнером через сетку.

Передачи с набрасыванием партнера через сетку.

Многократные передачи в стену.

Передачи в парах через сетку.

Упражнения в перемещениях и передачи мяча.

Игры «Пионербол», «Мяч в воздухе», «Передал-садись».

Подвижные игры на основе футбола (9 ч)

Ходьба и бег с остановками по сигналу.

Ведение мяча носком ноги и внутренней частью подъема стопы.

Ведение мяча с ускорением по кругу, между стоек.

Удар с места и с разбега по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.

Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.

Тактические действия в защите.

Игра Мини-футбол

ГИМНАСТИКА С ОСНОВАМИ АКРОБАТИКИ (23ч)

Акробатические упражнения(8ч)

Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!».

Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях.

Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой.

Кувырок вперед в упор присев,

Кувырок назад в упор присев.

2-3 кувырка вперед.

Стойка на лопатках. Стойка на лопатках, согнув ноги.

Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев.

Мост из положения лежа на спине.

Комбинация из разученных элементов

Игры «Западня», «Что изменилось?», «Запрещенное движение», «Светофор», «Космонавты».

Снарядная гимнастика (8ч)

Вис стоя и лежа.

Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке

Вис на согнутых руках.

Подтягивания в висе.

Из виса стоя присев махом одной, толчком другой перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.

Ходьба приставными и танцевальными шагами, повороты, подскоки со сменой ног на бревне (высота до 1 м). Соскок с опорой.

Комбинация из ранее изученных упражнений на бревне.

Лазание по канату.

Перелезание через коня.

Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла согнув ноги и ноги врозь.

Подвижные игры «Маскировка в колоннах», «Космонавты», «Отгадай, чей

голосок», «Тише едешь – дальше будешь», «Посадка картофеля», «Не ошибись!», «Ниточка-иголочка», «Фигуры», «Обезьянки».

Гимнастические упражнения прикладного характера (7ч)

Прыжки на скакалке на 1, 2 ногах, с продвижением вперед.

Прыжки группами на длинной скакалке.

Перелезание через гимнастического коня.

Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками

Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки.

Переноска партнера в парах.

Гимнастическая полоса препятствий.

Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы».

Игры «Резиночка», «Аисты», «Медсанбат».

Календарно-тематическое планирование

3 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата		Текущий контроль
			План	Факт	
Основы знаний 1 час					
1	Правила ТБ при занятиях физической культурой	**1**	02.09		Устный опрос
Легкая атлетика 14 часов					
Беговая подготовка 7 часов					
2	Правила ТБ. Бег в коридоре с максимальной скоростью.	**1**	03.09		Устный опрос, Наблюдение
3	Бег 30 м	**1**	07.09		Индивидуальный контроль
4	К.р. Бег 60 м	**1**	09.09		Зачёт
5	Челночный бег	**1**	10.09		Индивидуальный контроль
6	Преодоление препятствий в беге.	**1**	14.09		Наблюдение
7	Равномерный бег (7 мин)	**1**	16.09		Наблюдение
8	Кросс 1 км	**1**	17.09		Зачёт
Прыжковая подготовка 4 часа					
9	Прыжок в длину с места	**1**	21.09		Индивидуальный контроль
10	Прыжки в длину с короткого разбега.	**1**	23.09		Индивидуальный контроль
11	Прыжок в длину с полного разбега	**1**	24.09		Индивидуальный контроль
12	К.р. Прыжок в длину с разбега (с зоны отталкивания)	**1**	28.09		Зачёт
Броски большого, метания малого мяча (3 часа)					
13	Метание малого мяча в цель и на заданное расстояние	**1**	30.09		Контр. испытание
14	Метание малого мяча с места на дальность.	**1**	01.10		Контр. испытание
15	Броски набивного мяча.	**1**	05.10		Контр. испытание
Подвижные игры 10 часов					
16	Игры «Заяц без логова», «Удочка». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	**1**	07.10		Наблюдение
17	Игры «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки». Эстафеты с мячами.	**1**	08.10		Наблюдение
18	Игры «Наступление» «Метко в цель». Эстафеты с мячами.	**1**	12.10		Наблюдение
19	Игры «Кто дальше бросит», «Кто обгонит». Эстафеты с обручами.	**1**	14.10		Наблюдение
20	Игры «Вызов номеров», «Защита укреплений». Эстафеты с палками.	**1**	15.10		Наблюдение
21	Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву». Эстафеты.	**1**	19.10		Наблюдение
22	Игры «Пустое место», «К своим флажкам». Эстафеты	**1**	21.10		Наблюдение

23	Игры «Пустое место», «К своим флажкам». Эстафеты	**1**	22.10		Наблюдение
24	Игра «Цапля и лягушки». Эстафеты.	**1**	26.10		Наблюдение
Основы знаний					
25	Зарождение физической культуры на территории Древней Руси	**1**	28.10		Устный опрос
26	Игры «Не урони мяч», «С кочки на кочку». Эстафеты.	**1**	29.10		Наблюдение
Гимнастика с элементами акробатики 22 часа					
Акробатические упражнения 8 часов					
27	Группировка. Перекаты в группировке.	**1**	09.11		Наблюдение
28	Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой.	**1**	11.11		Контрольное испытание
29	Кувырок назад в упор присев	**1**	12.11		Индивидуальный контроль
30	Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок вперед.	**1**	16.11		Индивидуальный контроль
31	2-3 кувырка слитно. Стойка на лопатках.	**1**	18.11		Индивидуальный контроль
32	Акробатическая комбинация	**1**	19.11		Контрольное испытание
33	Стойка на голове	**1**	23.11		Индивидуальный контроль
34	Стойка на голове	**1**	25.11		Зачёт
Снарядная гимнастика 8 часов					
35	Вис стоя и лежа	**1**	26.11		Наблюдение
36	Вис на согнутых руках	**1**	30.11		Наблюдение
37	К.р. Подтягивания в висе	**1**	02.12		Зачёт
38	Гимнастическая комбинация на низкой перекладине	**1**	03.12		Индивидуальный контроль
39	Гимнастическая комбинация на низкой перекладине	**1**	07.12		Индивидуальный контроль
40	Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м)	**1**	09.12		Индивидуальный контроль
41	К.р. Прыжок с разбега ноги врозь через козла	**1**	10.12		Зачёт
42	Прыжок с разбега согнув ноги через козла	**1**	14.12		
Гимнастические упражнения прикладного характера 6 часов					
43	Прыжки со скакалкой.	**1**	16.12		Наблюдение
44	Прыжки группами на длинной скакалке	**1**	17.12		Наблюдение
45	Лазание по наклонной скамейке в упоре присев	**1**	21.12		Индивидуальный контроль
46	Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками	**1**	23.12		Индивидуальный контроль
47	Перелезание и перепрыгивание через препятствие с опорой на руки	**1**	24.12		Индивидуальный контроль
48	Переноска партнера в парах	**1**	11.01		Зачёт
Основы знаний 1 час					
49	Символика и ритуал проведения Олимпийских игр.	**1**	13.01		Вызов-опрос
Гимнастические упражнения прикладного характера					
50	Гимнастическая полоса препятствий	**1**	14.01		Контр. испытание

Подвижные игры на основе баскетбола 13 часов					
51	Ловля и передача мяча на месте	**1**	18.01		Наблюдение
52	Ловля и передача мяча в движении	**1**	20.01		Наблюдение
53	Ведение мяча в движении шагом	**1**	21.01		Наблюдение
54	Ведение мяча в движении шагом	**1**	25.01		Зачёт
55	Ведение мяча в движении бегом	**1**	27.01		Наблюдение
56	Ведение мяча в движении бегом	**1**	28.01		Зачёт
57	Бросок двумя руками от груди	**1**	01.02		Наблюдение
58	Бросок двумя руками от груди	**1**	03.02		Зачёт
59	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках	**1**	04.02		Наблюдение
60	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках	**1**	08.02		Зачёт
61	Ловля и передача мяча на месте в квадратах	**1**	10.02		Наблюдение
62	Ведение мяча с изменением скорости	**1**	11.02		Наблюдение
63	Игра «Мини-баскетбол»	**1**	15.02		Зачёт
Подвижные игры на основе волейбола 13 часов					
64	Перемещения. Ходьба и бег по сигналу.	**1**	18.02		Наблюдение
65	Остановка скачком после ходьбы и бега	**1**	19.02		Наблюдение
66	Передача мяча подброшенного партнером	**1**	19.02		Наблюдение, индивидуальный контроль
67	Передача мяча подброшенного партнером	**1**	22.02		Наблюдение, индивидуальный контроль
68	Во время перемещения по сигналу- передача мяча	**1**	24.02		Наблюдение
69	Передача в парах	**1**	25.02		Наблюдение, индивидуальный контроль
70	Передачи у стены	**1**	01.03		Наблюдение, индивидуальный контроль
71	Прием снизу двумя руками	**1**	03.03		
72	Передачи в парах через сетку	**1**	04.03		Наблюдение, индивидуальный контроль
73	Передачи в парах через сетку	**1**	10.03		Наблюдение, индивидуальный контроль
74	Передачи в парах через сетку	**1**	11.03		Зачёт
75	Двухсторонняя игра	**1**	15.03		Контр. испытание
76	Двухсторонняя игра	**1**	17.03		Зачёт
Подвижные игры на основе футбола 3 часа					
77	Ведение мяча	**1**	18.03		Наблюдение, индивидуальный контроль
78	Ведение мяча с ускорением	**1**	01.04		Наблюдение, индивидуальный контроль
79	Удар по неподвижному мячу.	**1**	05.04		Наблюдение, индивидуальный контроль

80	Остановка катящегося мяча	**1**	07.04		Наблюдение, индивидуальный контроль
81	Контрольные упражнения	**1**	08.04		Наблюдение, индивидуальный контроль
Основы знаний 1 час					
82	Физическое развитие и физическая подготовка	**1**	12.04		Устный опрос
Подвижные игры на основе футбола 5 часов					
83	Удар по катящемуся мячу	**1**	14.04		Наблюдение
84	Остановка катящегося мяча	**1**	15.04		Наблюдение
85	Тактические действия в защите	**1**	19.04		Наблюдение
86	Игра в футбол	**1**	21.04		Контр. испытание
87	Игра в футбол	**1**	22.04		Зачёт
Легкая атлетика 14 часов					
Беговые упражнения 8 часов					
88	Встречная эстафета	**1**	26.04		Наблюдение
89	К.р. Бег на результат (30 м)	**1**	28.04		Индивидуальный контроль
90	Бег 60 м	**1**	29.04		Индивидуальный контроль
91	Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы	**1**	03.05		Наблюдение
92	Равномерный медленный бег 7 мин	**1**	05.05		Наблюдение
93	Бег 8 мин. Развитие выносливости	**1**	06.05		Контр. испытание
94	Бег с преодолением препятствий. Эстафеты	**1**	10.05		Контр. испытание
95	К.Р. Кросс 1 км	**1**	12.05		Контр. испытание
Прыжковые упражнения 3 часа					
96	Прыжок в длину с разбега	**1**	13.05		Наблюдение, контр. испытание
97	К.р. Прыжок в длину с места. Многоскоки.	**1**	17.05		Наблюдение, контр. испытание
98	Прыжок в высоту с прямого разбега	**1**	19.05		Наблюдение, контр. испытание
Броски, метания 4 часа					
99	К.р. Метание малого мяча с места на дальность	**1**	20.05		Наблюдение
100	Метание в цель с 4-5 м.	**1**	24.05		Контр. испытание
101	Метание набивного мяча	**1**	26.05		Наблюдение
102	Метание набивного мяча	**1**	27.05		Зачёт