

МОУ ИРМО «Кудинская СОШ»

Рассмотрено

МО кхд-по.мисс

Протокол № 1

От «18» 08 201 7 г.

Руководитель МО

Ирина Леонидовна В.А.

Подпись ФИО Ирина

Согласовано

«30» августа 201 7 г.

Зам. Директора по УВР

Бса Н.А. Бса

Подпись ФИО

Утверждаю

Приказ № 152

От «30» августа 201 7 г.

Директор

Н. Г. Поляк



Рабочая программа
по физической культуре

для 1-4 классов

Программа составлена учителями физической
культуры: Белобородовой.А.Е, Конечной.Н.А

Мастеровой.О.А

Планируемые результаты освоения предмета

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Планируемые предметные результаты освоения предмета

Для обучающихся, не имеющих противопоказаний для занятий физической культурой или существенных ограничений по нагрузке.

В результате обучения обучающиеся на ступени начального общего образования:

- начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности, военной практики;
- начнут осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;

- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур.

Обучающиеся:

- освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- научатся составлять комплексы оздоровительных и общеразвивающих упражнений, использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование;
- освоят правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- научатся наблюдать за изменением собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств; оценивать величину физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений;
- научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;
- приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека: бегать и прыгать различными способами; метать и бросать мячи; лазать и перелезать через препятствия; выполнять акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации; передвигаться на лыжах (в снежных районах России) и плавать простейшими способами; будут демонстрировать постоянный прирост показателей развития основных физических качеств;
- освоят навыки организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол; в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;

ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник 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 учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;

организовывать и проводить подвижные игры и 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, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник 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 приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы); выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;

выполнять организующие строевые команды и приёмы;

выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина и брусья, напольное гимнастическое бревно);

выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);

выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;

выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;

плавать, в том числе спортивными способами;

выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России)

Содержание разделов и тем учебного курса для 1класса

Знания о физической культуре.

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Физическая подготовка и связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности.

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

1. Легкая атлетика

Ходьба и бег. Бег с ускорением. Стартовый разгон. Бег 30 м. Высокий старт. Бег 30 м. Бег 60 м. Бег из различных и.п. Прыжок в длину с места.

Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты с прыжками. Прыжки со скакалкой. Броски мяча (1кг) на дальность. Метание малого мяча в вертикальную цель. Метание малого мяча с места на дальность.

2. Гимнастика

Построение в шеренгу, выполнение команд, перестроение из одной в две. Комплексные упражнения. Бег, кувырки вперед по наклонному мату. Стойка на лопатках. Прыжки в высоту. Основная стойка. Построение в колонну по одному и в шеренгу. Перестроение по звеньям. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. Команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Стойка на лопатках. Акробатическая комбинация.

Лазание по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Опорный прыжок с места через гимнастического козла. Висы и упоры на низкой перекладине. Лазание по гимнастической стенке. Перелезание через горку матов. Лазание по наклонной скамейке на коленях. Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке. Подтягивание в висе на высокой и низкой перекладине. Гимнастическая полоса препятствий.

3. Лыжная подготовка

Переноска лыж, Ступающий шаг без палок и с палками. Скользящий шаг. Повороты на месте с переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение на лыжах.

4. Подвижные игры

Инструктаж по ТБ. Игры «К своим флажкам» «Два мороза». Игры «Класс, смирно!», «Октябрята». Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». «Кто дальше бросит». Эстафеты. Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Игры «Пятнашки», «Два мороза». Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Ловля и броски мяча на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». Эстафеты с мячами. Бросок мяча. Игра «Гонка мячей по кругу». Бросок мяча снизу на месте в щит. Ведение мяча. Игра «Передал - садись». Ведение мяча. Игра «Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ловля и передача мяча снизу на месте. Игра «Охотники и утки».

Содержание учебного предмета курса для 2класса

Знания о физической культуре.

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Из истории физической культуры. История

развития физической культуры и первых соревнований. Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Физическая подготовка и связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств силы быстроты выносливости гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики.

Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

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

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лежа на спине, опустится в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки упор присев; 2) кувырок в перед 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.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине; висы, перемахи

Опорный прыжок; с разбега через гимнастического козла.

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.

Легкая 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.

Лыжные гонки.

Передвижения на лыжах ; повороты ; спуски подемы; торможения.

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 легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту-

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; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбол.

Содержание учебного предмета курса для 3класса

Знания о физической культуре.

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Физическая подготовка и связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

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; перекувы; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения, лежа на спине, опустится в исходное положение, переворот в положение, лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок в перед 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.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине; висы, перемахи

Опорный прыжок; с разбега через гимнастического козла.

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

Легкая 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.

Лыжные гонки.

Передвижения на лыжах ; повороты ; спуски подъемы; торможения.

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 легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

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; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Содержание разделов и тем учебного курса для 4 класса

1. Знания о физической культуре

История развития физической культуры и первых соревнований. Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).

2. Гимнастика с основами акробатики:

Акробатические упражнения: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Гимнастические упражнения прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

3. Легкая атлетика:

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».

Низкий старт.

Стартовое ускорение.

Финиширование.
Беговые упражнения
Броски
Метание малого мяча

4. Лыжные гонки:

Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции. Подъемы, торможение, повороты.

5. Подвижные игры:

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела).

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Подвижная цель».

На материале раздела «Лыжные гонки»: «Куда укачешься за два шага».

На материале спортивных игр:

Футбол: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»).

Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»).

Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол».

Тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела	Количество часов			
		Класс			
		1	2	3	4
1	Легкая атлетика	21	21	21	21
2	Подвижные игры с элементами спортивных игр	45	42	39	42
3	Гимнастика с элементами акробатики	23	23	21	23
4	Лыжные гонки	10	16	21	16
	Общее количество часов	99	102	102	102

МОУ ИРМО «Кудинская СОШ»

Рассмотрено

МО хв-по.мисс

Протокол № 1

От «18» авг 201 7 г.

Руководитель МО

Мерс Любовь В. А.

Подпись ФИО Мерс

Согласовано

«30» августа 201 7 г.

Зам. Директора по УВР

Бел Н. А. Бел

Подпись ФИО

Утверждаю

Приказ № 152

От «31» августа 201 7 г.

Директор

Н. Г. Поляк

Н. Г. Поляк



Календарно – тематическое планирование

По Физической культуре

Для 1 класса

Учитель: Мастерова Олеся Алексеевна

первая квалификационная категория

2017 – 2018 учебный год

Календарно - тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата проведения	
	удалить ЧЕТВЕРТЬ	26	план	факт
	Раздел- Легкая атлетика 10			
1	Когда и как возникли физическая культура и спорт. Правила по технике безопасности на уроках физической культуры». Челночный бег. Высокий старт с последующим ускорением.	1	1.09	
2	Высокий старт. Игра «К своим флажкам». Эстафеты.	1	4.09	
3	Сочетание различных видов ходьбы и бега. Прыжок в длину с места . Игра «Слушай сигнал».	1	6.09	
4	Обычный бег, бег с изменением направления движения. Игра «Кошки - мышки». Игра «Вызов номеров». Развитие скоростных качеств.	1	8.09	
5	Спортивный марафон. «Бег. Игра «С кочки на кочку». Развитие скоростно-силовых качеств.	1	11.09	
6	Спортивный марафон. «Бег. Игра «С кочки на кочку». Развитие скоростно-силовых качеств.	1	13.09	
7	Метание мяча. Игра «Ястреб и утка». Развитие выносливости. Понятие бега на скорость.	1	15.09	
8	Спортивный марафон «Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 3 мин». Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг»	1	18.09	
9	Режим дня и личная гигиена. Игра «Шишки-желуди-орехи, кто быстрее встанет в круг.	1	20.09	
10	Бег с ускорением. Игра «Быстров круг». Развитие скоростно – силовых качеств через круговую эстафету.	1	22.09	
	Раздел-Подвижные игры с элементами спортивных игр 16ч			
11	Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Игра Прыгающие воробушки	1	25.09	
12	Игры на закрепление и совершенствование навыков бега (разучивание игры «К своим флажкам»).	1	27.09	
13	Игры на закрепление и совершенствование развития скоростных способностей разучивание игры «Пятнашки».		29.09	
14	Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 3 мин». Подвижная игра «Пятнашки		2.10	

15	Разучить игры «рассыпь собери» Игра «отгадай чей голосок»	1	4.10	
16	ОРУ. Игра «воробьи попрыгунчики и кот ». Развитие скоростно-силовых качеств через игры.	1	6.10	
17	Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (игра «Кто дальше бросит», «Метко в цель»).	1	9.10	
18	Разучить игры «день и ночь» игра «Вызов номеров»	1	11.10	
19	Урок – путешествие «Упражнения на внимание». Подвижная игра «Точный расчет».	1	13.10	
20	«Упражнения на ловкость и координацию». Подвижная игра «зайцы в огороде».	1	16.10	
21	Ведение и передача баскетбольного мяча. Подвижная игра «мяч водящему».	1	18.10	
22	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Передал — садись».	1	20.10	
23	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Передал — садись».	1	23.10	
24	Подвижные игры с баскетбольным мячом Подвижная игра « мяча водящему»	1	25.10	
25	Спортивный марафон «Внимание, на старт». Игра «Капитаны».	1	27.10	
26	Ходьба, бег, Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Игра «Не давай мяча водящему»	1	6.11.	
	II четверть	21	план	факт
Раздел-гимнастики с элементами акробатики 23ч				
27	Техника безопасности на уроках гимнастики Счет по три и перестроение в три шеренги. Ходьба и бег с перепрыгиванием через предметы.	1	6.11	
28	Счет по три и перестроение в три шеренги. Ходьба и бег с перепрыгиванием через предметы.	1	8.11	
29	Урок – путешествия. Зарождение олимпийских игр. Веселые старты.	1	10.11	

30	Строевые команды. Построения и перестроения. Игра «Класс, смирно»	1	13.11	
----	---	---	-------	--

31	«Группировка, перекаты в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях».	1	15.11	
32	Кувырок вперед в упор присев». Эстафета.	1	17.11	
33	Гимнастический мост из положения лежа на спине	1	20.11	
34	Кувырок в перед.Стойка на лопатках. Эстафеты	1	22.11	
35	Представление о физических упражнениях». Кувырок в перед. Кувырок назад.	1	24.11	
36	Стойка на носках, на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке), ходьба по гимнастической скамейке, повороты на 90°. Подвижная игра «Пройди бесшумно	1	27.11	
37	Передвижения по гимнастической стенке. Игра «Конники-спортсмены».	1	29.11	
38	Урок – соревнование «Лазание по гимнастической скамейке. Подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке». Круговые эстафеты	1	1.12	
39	Перелезание через гимнастическую горку матов и гимнастическую скакалку.Игра «Пятнашки» .	1	4.12	
40	Урок – соревнование «Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания». Подвижная игра «Посадка картофеля».	1	6.12	
41	Акробатические комбинации из числа разученных упражнений . Игра	1	8.12	
42	ОРУ с гимнастической палкой. Подвижная игра «Охотники и утки	1	11.12	
43	ОРУ с гимнастической палкой. Подвижная игра «Охотники и утки	1	13.11	
44	Основная стойка. Построение в шеренгу и колонну по одному Размыкание на вытянутые руки. Развитие координационных способностей через игру	1	15.11	
45	Лазание по гимнастической стенке в упоре присев. Подтягивание, лежа на животе по гимнастической скамейке. Развитие силовых	1	18.12	

	качеств .			
46	ОРУ с гимнастической палкой. Подвижная игра «Охотники и утки	1	20.12	
47	ОРУ с гимнастические палками .Построение перестроении. Вис на согнутых руках. Игра	1	22.12	
48	Полоса препятствий.	1	25.12	
49	Упражнения на гибкость	1	27.12	

	Шчетверть	24	План	факт
	Раздел-Подвижные игры с элементами спортивных игр 14ч			
50	Эстафеты с мячами. Игра «Бросай поймай». Развитие координации	1	10.01	
51	Игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости	1	12.01	
52	Эстафеты. ОРУ. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.	1	15.01	
53	Эстафеты. ОРУ. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.	1	17.01	
54	Игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости.	1	19.01	
55	Игра «Пятнашки» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	22.01	
56	Игра «Пятнашки» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	24.01	
57	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	26.01	
58	Эстафеты. Развитие координации.	1	29.01	
59	Подвижные игры: «У медведя во бору», «Бой петухов».	1	31.01	
60	Подвижные игры: «Салки-догонялки», «Змейка»	1	2.02	
61	Подвижные игры «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей».	1	5.02	
62	Эстафета «Веселые старты». Веревоочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше».	1	7.02	
63	Эстафета «Веселые старты	1	9.02	
Раздел - Лыжная подготовка 10 часов				
64	Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Переноска лыж способом под	1	12.02	

	руку; надевание лыж.			
65	Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом без палок.	1	15.02	
66	Передвижение скользящим шагом . Игра «Слушай сигнал».	1	26.02	
67	Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг. Игра «Шире шаг».	1	1.03	
68	Ступающий шаг с широкими размахиваниями рук. Скользящий шаг.	1	5.03	
69	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок.	1	9.03	
70	Передвижение скользящим шагом без палок, с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.	1	12.03	
71	Передвижение скользящим шагом с палками в умеренном темпе. Игра – эстафета «Кто самый быстрый?»	1	15.03	
72	Повороты переступанием вокруг носков. Прохождение на лыжах	1	19.03	
73	Подъем ступающим шагом. Прохождение на лыжах скользящим шагом	1	21.03	
	IV четверть	26	план	Факт
	Раздел-Легкая атлетика 11			
74	Обычный бег с изменением направления движения».	1	3.04	
75	Историческое путешествие «Зарождение физической культуры на территории Древней Руси». Челночный бег.3*5м	1	4.04	
76	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Ловишка». ТБ во время прыжка в длину.	1	6.04	
77	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Ловишка». ТБ во время прыжка в длину.	1	9.04	
78	Прыжки в длину с разбега. ОРУ	1	10.04	
79	Прыжки в длину с разбега .Игры	1	11.04	
80	Бег. Метание на дальность	1	13.04	

81	Бег. Метание на дальность через игры	1	16.04	
82	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	1	18.04	
83	Прыжки со скакалкой. Подвижная игра «Кот и мыши	1	20.04	
84	Прыжок в высоту. «Челночный» бег.	1	23.04	
Раздел –Подвижные игры с элементами спортивных игр 15ч				
85	Прыжок в высоту 50 см. Равномерный бег до 1 мин	1	25.04	
86	Игры с использованием скакалки. Подвижная игра «Невод».	1	27.04	
87	Развить скоростно –силовые способности через круговую	1	30.04	

88	Развить скоростно –силовые способности через эстафеты	1	30.04	
89	Бег, эстафеты	1	2.05	
90	Эстафеты с мячами. Игра Развитие координации	1	4.05	
91	Игра «Третий лишний». Развитие выносливости.	1	7.05	
92	Эстафеты. ОРУ. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.	1	11.05	
93	Игра Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	1	14.05	
94	Игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Эстафеты	1	16.05	
95	Игра «Воробьи и вороны». ОРУ. Развитие выносливости.	1	18.05	
96	Игра «Пятнашки» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств через полосу препятствий	1	21.05	
97	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	23.05	
98	Развитие скоростно-силовых качеств.	1	25.05	
99	Круговая эстафета	1	28.05	
	Итого	99		

МОУ ИРМО «Кудинская СОШ»

Рассмотрено

МО кур. по физ. культуре

Протокол № 1

От «18» 08 201 7 г.

Руководитель МО

Медведева В.А.

Подпись ФИО Медведева В.А.

Согласовано

«30» августа 201 7 г.

Зам. Директора по УВР

Бел Н.А. Бел

Подпись ФИО

Утверждаю

Приказ № 152

От «31» августа 201 7 г.

Директор

Поляк Н.Г.

Н. Г. Поляк



Календарно-тематическое планирование

По физической культуре

для 2 «а,б,в,г» класса

Учитель: Конечная Наталья Александровна

Первая квалификационная категория

Календарно-тематическое планирование для 2а,б,в,г

№ п/п	Наименование разделов и тем	Колич ество часов	Даты проведения	
			план	факт
	І четверть	25		
	Раздел- Легкая атлетика	10		
1.	Когда и как возникли физическая культура и спорт. Организационно-методические указание. Игра «Ловишка», «Салки».	1	5.09 а,б,в,г	
2.	Бег на 30м с высокого старта. Игра «К своим флажкам».	1	6.09 в,г 7.09 а,б	
3	Техника челночного бега. Игра «Салка»	1	8.09	
4	Тестирование челночного бега 3*10м. Игра «Колдунчики»	1	12.09	
5	Техника метания мяча на дальность. Игра «Бросай далеко собирай быстрее».	1	13.09в,г 14.09а,б	
6	Тестирование метания мяча на дальность. Игра «Хвостики»	1	15.09	
7	Упражнения на развитие координаций движений. Игра «Ястреб и утка».	1	19.09	
8	Медленный бег до 3 мин». Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг»	1	20.09 21.09	
9	Техника прыжка в длину с разбега. Игра «Кто дальше прыгнет»	1	22.09	
10	Прыжок в длину с разбега на результат. Игра «Прыгающие воробушки».	1	26.09	
	Раздел-Подвижные игры с элементами спортивных игр	15ч		
11	Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Эстафеты.	1	27.09 28.09	
12	Игры на закрепление и совершенствование навыков бега . «К своим флажкам».	1	29.09	

13	Игры на закрепление и совершенствование развития скоростных способностей разучивание игры «мяч водящему».	1	3.10	
14	Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 3 мин». Подвижная игра «Пятнашки»	1	4.10 5.10	
15	Разучить игры «Рассыпь собери»,Игра «отгадай чей голосок».	1	6.10	
16	Развитие скоростно-силовых качеств через игры. Игра «играй мяч не теряй»	1	10.10	
17	Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность. Игра «Кто дальше бросит», «Метко в цель».	1	11.10 12.10	
18	Закрепить игру «День и ночь» игра «Вызов номеров»	1	13.10	
19	Подвижная игра «Точный расчет». Этафеты	1	17.10	
20	Упражнения на ловкость и координацию». Подвижная игра «Зайцы в огороде».	1	18.10 19.10	
21	Ловля и передача мяча на месте. Броски в цель. Игра «Попади в обруч».	1	20.10	
22	Ловля и передача мяча на месте. Броски в цель. Игра «Попади в обруч».	1	24.10	
23	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте.	1	25.10 26.10	
24	Подвижные игры с баскетбольным мячом Подвижная игра « Мяча водящему»	1	27.10	
25	Ведение мяча в движении левой рукой. Бросок в кольцо.	1	28.10	
	Пчетверть	23		
	Раздел-гимнастики с элементами акробатики	23		
26	Прыжок в длину с место .Вис на время .	1	7.11	
27	Подтягивания на низкой перекладине .	1	8.11 9.11	
28	Т.Б в спортзале на уроке гимнастики. Кувырок вперед	1	10.11	
29	Кувырок в сторону. Развитие координационных способностей через эстафеты.	1	14.11	

30	Кувырок вперед через эстафеты.	1	15.11 16.11	
31	Усложненные варианты выполнения кувырка вперед.	1	17.11	
32	Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	1	21.11	
33	Круговая тренировка.	1	22.11 23.11	
34	Гимнастический мост из положения лежа на спине.	1	24.11	
35	Кувырок в перед. Стойка на лопатках согнув ноги	1	28.11	
36	Представление о физических упражнениях». Кувырок в перед. Кувырок назад.	1	29.11 30.11	
37	Ходьба по гимнастической скамейке, повороты на 90°. Подвижная игра «Пройди бесшумно	1	1.12	
38	Передвижения по гимнастической стенке. Игра «Конники-спортсмены».	1	5.12	
39	Урок – соревнование «Лазание по гимнастической скамейке. Подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке». Круговые эстафеты	1	6.12 7.12	
40	Перелазание через гимнастическую горку матов и гимнастическую скакалку. Эстафеты .	1	8.12	
41	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелазание». Эстафеты.	1	12.12	
42	Акробатические комбинации из числа разученных упражнений	1	13.12 14.12	
43	ОРУ с гимнастической палкой. Подвижная игра «Охотники и утки	1	15.12	
44	Круговая тренировка	1	19.12	
45	Совершенствовать технику прыжков на скакалке на месте	1	20.12 21.12	
46	Круговая тренировка.	1	22.12	
47	ОРУ с гимнастической палкой. Подвижная игра «Охотники и утки	1	26.12	
48	Вис из положения стоя. Развитие силовых способностей	1	27.12	
	Итого	30		

	Раздел-Подвижные игры с элементами спортивных игр	14		
49	Эстафеты с мячами. Игра «Бросай поймай». Развитие координации	1	10.01 11.01	
50	Игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости	1	12.01	
51	Эстафеты. ОРУ. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.	1	16.01	
52	Эстафеты. ОРУ. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.	1	17.01 18.01	
53	Игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости.	1	19.01	
54	Игра «Пятнашки» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	23.01	
55	Игра «Пятнашки» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	24.01 25.01	
56	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	26.01	
57	Эстафеты. Развитие координации движения.	1	30.01	
58	Подвижные игры: «У медведя во бору», «Бой петухов».	1	31.01 1.02	
59	Подвижные игры: «Салки-догонялки», «Змейка»	1	2.02	
60	Подвижные игры «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей».	1	6.02	
61	Эстафета «Веселые старты». Веребочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше».	1	7.02 8.02	
62	Эстафета «Веселые старты	1	9.02	
	Раздел- лыжные гонки	16		
63	Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Переноска лыж способом под руку; надевание лыж.	1	13.02	
64	Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом без палок.	1	14.02 15.02	
65	Передвижение скользящим шагом . Игра	1	16.02	

	«Слушай сигнал».			
66	Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг. Игра «Шире шаг».	1	20.02	
67	Ступающий шаг с широкими размахиваниями рук. Скользящий шаг.	1	21.02 22.02	
68	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок.	1	27.02	
69	Передвижение скользящим шагом без палок, с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.	1	28.02 1.03	
70	Передвижение скользящим шагом с палками в умеренном темпе. Игра – эстафета «Кто самый быстрый»	1	2.03	
71	Повороты переступанием вокруг носков. Прохождение на лыжах	1	6.03	
72	Подъем ступающим шагом. Прохождение на лыжах скользящим шагом	1	7.03	
73	Подъем полуелочкой	1	9.03	
74	Подъем елочкой	1	13.03	
75	Передвижение на лыжах змейкой	1	14.03 15.03	
76	Игра на лыжах «Накаты»	1	16.03	
77	Прохождение дистанции	1	20.03 21.03	
78	Контрольный урок по лыжной подготовки.	1	22.03 23.03	
	IV четверть	24		
	Раздел-Легкая атлетика	11		
79	Обычный бег с изменением направления движения».	1	3.04	
80	Историческое путешествие «Зарождение физической культуры на территории Древней Руси». Челночный бег.3*5м.	1	4.04 5.04	
81	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Ловишка». ТБ во время прыжка в длину.	1	6.04	

82	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Ловишка».	1	10.04	
83	Прыжки в длину с разбега.	1	11.04 12.04	
84	Прыжки в длину с разбега .Игры	1	13.04	
85	Бег. Метание на дальность.	1	17.04	
86	Бег. Метание на дальность через игры	1	18.04 19.04	
87	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	1	20.04	
88	Прыжки со скакалкой. Подвижная игра «Кот и мыши»	1	24.04	
89	Прыжок в высоту. «Челночный» бег.	1	25.04 26.04	
	Раздел –Подвижные игры с элементами спортивных игр	13		
90	Прыжок в высоту 50 см. Равномерный бег до 1мин	1	27.04	
91	Игры с использованием скакалки. Подвижная игра «Невод».	1	2.05 3.05	
92	Развить скоростно –силовые способности через круговую	1	4.05	
93	Развить скоростно –силовые способности через эстафеты	1	8.05	
94	Бег, эстафеты	1	10.5	
95	Эстафеты с мячами. Игра Развитие координации	1	11.05	
96	Игра «Третий лишний». Развитие выносливости.	1	15.05	
97	Эстафеты. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.	1	16.05 17.05	
98	Промежуточная аттестация контрольный тест Прыжок в длину с место. Бег 30м.	1	18.05	
99	Игра «Третий лишний». Развитие выносливости. Эстафеты	1	22.05	
100	Игра «Воробьи и вороны». Развитие выносливости.	1	23.05 24.05	
101	Развитие скоростно-силовых качеств через полосу препятствий	1	25.05	

102	Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет».	1	29.05	
	Итого	102		

МОУ ИРМО «Кудинская СОШ»

Рассмотрено

МО хв-по.мисс

Протокол № 1

От «18» 08 201 7 г.

Руководитель МО

Мерс Любовь В. А.

Подпись ФИО Мерс

Согласовано

«30» августа 201 7 г.

Зам. Директора по УВР

Бел Н. А. Бел

Подпись ФИО

Утверждаю

Приказ № 152

От «31» августа 201 7 г.

Директор

Н. Г. Поляк



Календарно-тематическое планирование

По Физической культуре
Для 3 класса

Учитель: Белобородова Анастасия Евгеньевна
Первая квалификационная категория

2017-2018 учебный год

Календарно-тематическое планирование

3 а,б,в,г класс

№п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов	Даты проведения	
			план	факт
Раздел- Легкая атлетика 10				
1	Когда и как возникли физическая культура и спорт. Правила по технике безопасности на уроках физической культуры». Челночный бег. Высокий старт с последующим ускорением. Игра «Третий лишний».	1	4.09.17 5.09.17	
2	«Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук под счет коротким, средним и длинным шагом». Подвижные игры.	1	5.09.17 7.09.17	
3	Бег в коридоре 30-40см. из различных и П.С максимальной скоростью до 60 м.	1	6.09.17 7.09.17 8.09.17	
4	Бег 30м тест, бег с изменение направления движения. Бег в чередовании с ходьбой.	1	7.09.17 11.09.17 12.09.17	
5	. Сочетание различных видов ходьбы и бега. Прыжок в длину с места. Тест. П.И «Прыжки по паласам».	1	12.09.17 13.09.17	
6	Бег с преодолением препятствий». Развитие скоростно-силовых качеств через.	1	13.09.17 14.09.17	
7	Круговая эстафета раскаяние 10-20м. ОРУ. Игра «Колдунчики». Развитие выносливости.	1	14.09.17 15.09.17 18.09.17	
8	«Совершенствование навыков бега. бег с ускорением на расстояние от 20 до 30 мин». ОРУ.	1	19.09.17	
9	Прыжки в длину с место. Метание малого мяча с место Игры с прыжками с осаливанием на площадке небольшого размера.	1	20.09.17 21.09.17	
10	Техника Прыжок в длину с место(тест). Метание малого мяча с место тест	1	21.09.17 22.09.17 25.09.17	

Подвижные игры с элементами спортивных игр 15ч				
11	Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Игра «Белые медведи	1	26.09.17	
12	Остановка катящегося мяча. Игра «Белые медведи»Развить скоростные способности через эстафеты	1	27.09.17 28.09.17	
13	Ведение мяча с обводкой стоек , остановка мяча внутренней частью стопы. Ору	1	28.09.17 29.09.17 2.10.17	
14	Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой. Остановка катящегося мяча. Развить скоростные способности через эстафеты	1	3.10.17	
15	ОРУ. Остановка катящегося мяча. Подвижная игра „Белые медведи,,	1	4.10.17 5.10.17	
16	Закрепить Ведение мяча с обводкой стоек; остановка мяча внутренней частью стопы через эстафеты	1	5.10.17 6.10.17	
17	Ору. Передача мяча ногой в паре. Игра «мяч ловцу» Развить скоростные способности через эстафеты	1	9.10.17 10.10.17	
18	ОРУ. Передача мяча ногой в паре. Развить скоростные способности через эстафеты П.И « гонка мячей по кругу	1	10.10.17 11.10.17 12.10.17	
19	ОРУ. Закрепить Технику передачи мяча ногой в паре через эстафеты. П.И «гонка мячей по кругу»	1	12.10.17 13.10.17	
20	Подвижные игры Снайпер». Мяч ловцу» « Охотники и утки»	1	16.10.17 17.10.17	
21	Подвижная игра «У кого меньше мячей» «Мяч в корзину»	1	17.10.17 18.10.17 19.10.17	
22	Подвижные игры на материале футбола. «Гонка мячей» «Играй, играй мяч не теряй»	1	19.10.17 20.10.17	
23	Подвижные игры на материале футбола. «Метко в цель». Подвижная игра « борьба за мяч»	1	23.10.17 24.10.17	
24	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Снайпер	1	24.10.17 25.10.17 26.10.17	
25	Подвижные игры на материале футбола. «Бросок ногой», игра « Перестрелка	1	26.10.17 27.10.17	

Раздел-гимнастики с элементами акробатики 23ч				
26	Правила поведения в спорт зале на уроке гимнастики. Повороты на месте. Перекаты в группировки.	1	6.11.17 7.11.17	
27	Перекаты в группировки. Кувырок вперед	1	7.11.17 8.11.17	
28	1-2 Кувырка вперед. Стойка на лопатках. Эстафеты	1	9.11.17	
29	Закрепить Кувырок вперед. Стойка на лопатках через эстафеты	1	10.11.17 13.11.17 14.11.17	
30	Техника кувырка назад .Мост из положения лежа на спине. Эстафеты	1	14.11.17 15.11.17	
31	Закрепить кувырок назад. Мост из положения, лежа на спине через эстафеты.	1	16.11.17	
32	Команды шире шаг чаще шаг. Ходьба, бег Кувырок вперед. Кувырок назад.	1	17.11.17 20.11.17 21.11.17	
33	Представление о физических упражнениях». Кувырок назад и перекатом стойка на лопатках. Мост с помощью и самостоятельно.	1	21.11.17 22.11.17	
34	Кувырок назад .Мост из положения лежа на спине. Эстафеты	1	23.11.17	
35	«Лазание по наклонной гимнастической скамейке в упоре стоя на коленях. Подтягивание, лежа на животе по горизонтальной скамейке». Подвижная игра «Отгадай, чей голос».	1	24.11.17 27.11.17 28.11.17	
36	ОРУ построение перестроение Круговая тренировка. Игра «Конники-спортсмены	1	28.11.17 29.11.17	
37	Вис, на согнутых руках согнув ноги. Подтягивание в висе поднимание ноги в висе	1	30.11.17	
38	Техника кувырка назад .Мост из положения лежа на спине. Эстафеты		1.12.17 4.12.17 5.12.17	
39	Перелезание через препятствия .прыжки на скакалке. Игра «Пятнашки».	1	5.12.17 6.12.17	
40	Опорные прыжки на горку из гимнастических матов Круговая тренировка	1	7.12.17	
41	Акробатические комбинации из числа разученных упражнений Опорные прыжки на горку из гимнастических матов.	1	8.12.17 11.12.17 12.11.17	

42	ОРУ с гимнастической палкой. Опорные прыжки на горку из гимнастических матов. Подвижная игра «Охотники и утки	1	12.12.17 13.12.17	
43	Основная стойка. Построение Опорные прыжки на коня вскок в упор, стоя на коленях и соскок взмах рук	1	14.12.17	
44	ОРУ в движении. Закрепить опорные прыжки на коня вскок в упор, стоя на коленях и соскок взмах рук	1	15.12.17 18.12.17 20.12.17	
45	Развитие скоростно силовые качеств через эстафеты	1	19.12.17 21.12.17	
46	Опорные прыжки на коня вскок в упор, стоя на коленях и соскок взмах рук	1	21.12.17 22.12.17	
47	Акробатические комбинации из числа разученных упражнений Опорные прыжки на горку из гимнастических матов.	1	22.12.17 25.12.17 26.12.17	
48	ОРУ с гимнастическими палками. Построение перестроение. Основная стойка. Развитие координационных способностей. Через подвижные игры	1	26.12.17 27.12.17	
Раздел-Подвижные игры с элементами спортивных игр 9ч				
49	Техника безопасности по спортивным играм. Передача мяча в парах	1	11.01.18	
50	Техника безопасности по спортивным играм Передвижения без мяча в стойке баскетболиста.	1	12.01.18 15.01.18 16.01.18	
51	Совершенствовать технику Ведение мяча на месте. Передача мяча в парах	1	16.01.18 17.01.18	
52	Ловля и передача мяча на месте. Игра «мяч ловцу»	1	18.01.18	
53	Совершенствование Ловля и передача мяча на месте.эстофеты	1	19.01.18 22.01.18 23.01.18	
54	Закрепить Ловля и передача мяча на месте. Через эстафеты	1	23.01.18 24.01.18	
55	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Снайпер	1	25.01.18	
56	ОРУ. Учить Технику ведение мяча на месте в движении. П.И «гонка мячей по кругу	1	26.01.18 29.01.18 30.01.18	
57	Подвижные игры с баскетбольным мячом	1	30.01.18 31.01.18	
Раздел -Лыжные гонки 21ч				
58	Т.Б на уроке ф.к. Переноска лыж способом под руку; надевание лыж.	1	1.02.18 5.02.18	
59	Учить технику Поворотов переступанием вокруг носков. Передвижения на лыжах	1	2.02.18 6.02.18	
60	Передвижение скользящим шагом . Игра «Слушай сигнал».Поворот махом	1	6.02.18 7.02.18 8.02.18	

61	Передвижение скользящим шагом без палок, с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.	1	8.02.18 12.02.18	
62	Передвижения, на лыжах обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.Эстофеты	1	9.02.18 13.02.18	
63	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Игра – эстафета «Кто самый быстрый?».	1	13.02.18 14.02.18 15.02.18	
64	Передвижение скользящим шагом без палок, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.	1	15.02.18 19.02.18	
65	Учить технику Попеременного двухшажного хода без палок. П./и «У кого красивее снежинка».	1	16.02.18 20.02.18	
66	Совершенствовать Попеременно двухшажного хода без палок палками. П./и «У кого красивее снежинка».	1	20.02.18 21.02.18 22.02.18	
67	Закрепить Попеременный двухшажный ход без палок через эстафеты. П./и «Шире шаг».	1	22.02.18 26.02.18	
68	Учить Подъему Лесенкой. Спуск с пологих склонов	1	27.02.18	
69	Совершенствовать Подъем Лесенкой. Спуск с пологих склонов	1	28.02.18 1.03.18	
70	Закрепить Подъем Лесенкой .Спуск с пологих склонов через эстафеты	1	1.03.18 2.03.18 5.03.18	
71	Спуски в высокой стойке и низкой стойке. Салки Передвижение на лыжах	1	6.03.18	
72	Подъем «лесенкой и елочкой». П./и «Слушай сигнал»	1	7.03.18 9.03.18 12.03.18	
73	Спуски в низкой стойке. П./и «Слушай сигнал».	1	13.03.18	
74	Попеременный двухшажный ход с палками .Подъемы и спуски с небольших склонов	1	14.03.18 15.03.18	
75	Прохождение дистанции . Подъем елочкой	1	15.03.18 16.03.18	
76	Подъемы и спуски с небольших склонов. Торможение плугом и упором	1	19.03.18 20.03.18	
77	Повороты переступанием Спуск .Торможение плугом и упором. Передвижение на лыжах 1км	1	20.03.18 21.03.18 22.03.18	
78	Повороты переступанием на месте и в движении. П./и «По местам».	1	22.03.18 23.03.18	
Раздел-Легкая атлетика 11ч				
79	Обычный бег с изменением направления движения».	1	3.04.18 4.04.18	
80	Историческое путешествие «Зарождение физической культуры на территории Древней Руси». Эстафеты 15-30м	1	5.04.18	

81	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Ловишка». ТБ во время прыжка в длину.	1	6.04.18 9.04.18 10.04.18	
82	Прыжки в длину с разбега. Круговая эстафета. Ору	1	10.04.18 11.04.18	
83	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега.	1	12.04.18	
84	Прыжки в длину с разбега зону отталкивание. Круговая эстафета	1	13.04.18 16.04.18 17.04.18	
85	Построение перестроение ОРУ. Бег на выносливость. Метание.	1	17.04.18 18.04.18	
86	Бег. Построение перестроение ОРУ. Бег на выносливость. Метание на дальность.	1	19.04.18	
87	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	1	20.04.18 23.04.18	
88	Прыжок, в высоту согнув ноги 70 см. «Челночный» бег.	1	24.04.18	
89	Прыжок, в высоту согнув ноги. Равномерный бег до 6 мин	1	25.04.18 26.04.18	
Раздел-Подвижные ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТИВНЫХ ИГР 13ч				
90	Развить скоростно – силовые способности через игры	1	26.04.18 30.04.18	
91	Развитие скоростно-силовых и координационных способностей через круговую тренировку.	1	2.05.18 3.05.18	
92	Бег, эстафеты	1	3.05.18 4.05.18 7.05.18	
93	Эстафеты с мячами. Игра Развитие координации	1	8.05.18	
94	Игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости.	1	10.05.18	
95	Эстафеты. ОРУ. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.	1	11.05.18 14.05.18 15.05.18	
96	Игра круговая эстафета 5-20м. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	15.05.18 16.05.18	
97	Игра «Воробьи и вороны». ОРУ. Развитие выносливости.	1	17.05.18	
98	ОРУ в движении. Игры: «Охотники и утки», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	18.05.18 21.05.18 22.05.18	
99	Игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие выносливости	1	22.05.18 23.05.18	
100	Эстафеты игры	1	24.05.18	
101	Прыжки со скакалкой. Подвижная игра	1	25.05.18	

	«Кот и мыши».		28.05.18	
102	Игры с использованием скакалки. Подвижная игра «Невод».	1	29.05.18	
	Итого :	102		

МОУ ИРМО «Кудинская СОШ»

Рассмотрено

МО курса физ. культуры

Протокол № 1

От «18» 08 201 7 г.

Руководитель МО

Медведева В.А.

Подпись ФИО Медведева В.А.

Согласовано

«30» августа 201 7 г.

Зам. Директора по УВР

Бел Н.А. Бел

Подпись ФИО

Утверждаю

Приказ № 152

От «31» августа 201 7 г.

Директор

Н.Г. Поляк

Н. Г. Поляк

Календарно – тематическое планирование

По Физической культуре

Для 4 класса

Учитель: Мастерова Олеся Алексеевна

первая квалификационная категория

2017 – 2018 учебный год

п/№	Содержание тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
	I ЧЕТВЕРТЬ	27	план	факт
	Раздел- Легкая атлетика 10			
1	Правила по технике безопасности на уроках физической культуры». Челночный бег. Высокий старт с последующим ускорением.	1	1.09 (4в) 4.09 (4а) 5.09 (4б)	
2	Челночный бег. Высокий старт. Полоса препятствий.	1	5.09 (а) 6.09 (б) 7.09 (в)	
3	Сочетание различных видов ходьбы и бега. Прыжок в длину с места. П. и «Прыжки по полоскам»	1	7.09 (а, б) 8.09 (в)	
4	Бег 30 м тест, бег с изменением направления движения. Бег в чередовании с ходьбой. Игра «Вызов номеров». Развитие скоростных качеств.	1	11.09 (а) 12.09 (б) 12.09 (в)	
5	Бег в коридоре 30-40 см из различных и. п с максимальной скоростью до 60 м . Эстафеты с элементами бега.	1	12.09 (а) 13.09 (б) 14.09 (в)	
6	«Бег с преодолением препятствий. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств через круговую тренировку. Игра «Пустое место»	1	14.09 (а) 14.09 (б) 15.09 (в)	
7	Круговая эстафета раскаяние 10-20м. ОРУ. Игра «Пустое место» Развитие выносливости через круговую тренировку.	1	18.09 (а) 19.09 (б, в)	
8	«Совершенствование навыков бега с ускорением на расстояние от 20-30 мин. ОРУ. Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг?»	1	19.09 (а) 20.09 (б) 21.09 (в)	
9	Техника Прыжок в длину с места. Метание малого мяча с место Игра « Метко в цель»	1	21.09 (а, б) 22.09 (в)	
10	Прыжок в длину с места(тест). Метание малого мяча с места.	1	25.09 (а) 26.09 (б, в)	
	Раздел-Подвижные игры с элементами спортивных игр 17ч			
11	Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Игра «Белые медведи».	1	26.09 (а) 27.09 (б) 28.09 (в)	
12	Остановка катящегося мяча. Игра «Белые медведи». Развивать скоростные способности через эстафеты.	1	28.09 (а, б) 29.09 (в)	
13	Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой. Остановка катящегося мяча. Развитие скоростных способностей через эстафеты.	1	2.10 (а) 3.10 (б, в)	
14	Ведение мяча с обводкой стоек; остановка мяча внутренней частью стопы	1	3.10 (а) 4.10 (б) 5.10 (в)	
15	Совершенствование ведение мяча с обводкой стоек; остановка мяча внутренней частью стопы. Игра «Мяч ловцу».	1	5.10(а, б) 6.10 (в)	
16	Закрепить ведение мяча с обводкой стоек; остановка мяча внутренней частью стопы через. Эстафеты.	1	9.10.(а) 10.10(б, в)	
17	ОРУ. Передачи мяча ногой в паре. Игра «Мяч	1	10.10 (а)	

	ловцу» . Развивать скоростные способности через эстафеты.		11.10 (б) 12.10 (в)	
18	ОРУ. Передачи мяча ногой в паре. Развивать скоростные способности через эстафеты. П. и «Гонка мячей по кругу».	1	12.10 (а, б) 13.10 (в)	
19	ОРУ. Закрепить Технику передачи мяча ногой в паре через эстафеты. П.И «гонка мячей по кругу»	1	16.10 (а) 17.10 (б, в)	
20	Подвижные игры на материале футбола. «Гонка мячей	1	17.10 (а) 18.10 (б) 19.10 (в)	
21	Подвижная игра « Мяч ловцу» « Охотники и утки»	1	19. 10 (а, б) 20.10 (в)	
22	Подвижные игры Снайпер». Мяч ловцу» « Охотники и утки»	1	23.10 (а) 24.10 (б, в)	
23	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Снайпер».	1	24.10 (а) 25.10 (б) 26.10 (в)	
24	Подвижные игры на материале футбола. «Метко в цель». Подвижная игра « Борьба за мяч».	1	26.10 (а, б) 27.10 (в)	
25	Подвижные игры на материале футбола. «Бросок ногой», игра « Перестрелка	1	6.11 (а) 7.11 (б, в)	
26	Урок игра-эстафет Игра «футбол».	1	7.11 (а) 8.11 (б) 9.11 (в)	
27	Урок игра-эстафет Игра « футбол	1	9.11 (а, б) 10.11 (в)	

Календарно – тематическое планирование 4 класс

II Четверть		21	План	Факт
	Раздел-Гимнастики с элементами акробатики 21ч			
28	Правила поведения в спорт зале на уроке гимнастики. Повороты на месте. Перекаты в группировки.	1	13.11 (а) 14.11 (б, в)	
29	Перекаты в группировки. Кувырок в перед	1	14.11 (а), 15.11 (б) 16.11 (в)	
30	1-2 Кувырка в перед. Стойка на лопатках. Эстафеты	1	16.11(а, б) 17.11 (в)	
31	Закрепить Кувырок в перед. Стойка на лопатках через эстафеты	1	20.11 (а) 21.11(б,	

			в)	
32	Кувырок назад .Мост из положения лежа на спине. Эстафеты.	1	21.11 (а) 22.11 (б) 23.11 (в)	
33	Техника кувырка назад .Мост из положения лежа на спине. Эстафеты	1	23.11(а, б) 24.11 (в)	
34	Закрепить кувырок назад. Мост из положения лежа на спине.	1	27.11 (а) 28.11(б, в)	
35	Команды шире шаг чаще шаг. Ходьба ,бег Кувырок в перед .Кувырок назад.	1	28.11 (а) 29.11 (б) 30.11 (в)	
36	Представление о физических упражнениях». Кувырок назад и перекатом стойка на лопатках. Мост с помощью и самостоятельно.	1	30.11(а, б) 1.12 (в)	
37	Вис на согнутых руках согнув ноги. Подтягивание в висе поднимание ноги в висе	1	4.12 (а) 5.01 (б, в)	
38	ОРУ построение перестроение Круговая тренировка. Игра «Конники-спортсмены	1	5.12 (а) 6.12 (б) 7.12 (в)	
39	«Лазание по наклонной гимнастической скамейке в упоре стоя на коленях. Подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке». Подвижная игра «Отгадай, чей голос».	1	7.12 (а, б) 8.12 (в)	
40	Перелезание через препятствия прыжки на скакалке. Игра «Пятнашки» .	1	11.12 (а) 12.12(б, в)	
41	Опорные прыжки на горку из гимнастических матов .Круговая тренировка	1	12.12 (а) 13.12 (б) 14.12 (в)	
42	Акробатические комбинации из числа разученных упражнений Опорные прыжки на горку из гимнастических матов.	1	14.01(а, б) 15.12 (в)	
43	Закрепить опорные прыжки на горку из гимнастических матов. Подвижная игра «Охотники и утки	1	18.12(а) 19.12(б, в)	
44	Опорные прыжки на коня вскок в упор стоя на коленях и соскок взмах рук	1	19.12 (а) 20.12 (б) 21.12 (в)	
45	Опорные прыжки на коня вскок в упор стоя на коленях и соскок взмах рук	1	21.12(а, б) 22.12 (в)	
46	ОРУ в движении. Закрепить опорные прыжки на коня вскок в упор стоя на коленях и соскок взмах рук	1	10.01(б)	
47	Развитие скоростно-силовые качеств через эстафеты .	1	11.01(а, б, в)	

48	Развитие координационных способностей. Через подвижные игры	1	12.01(в)	
----	---	---	----------	--

	III четверть	30	план	факт
Раздел- Подвижные игры с элементами спортивных игр 9ч				
49	Техника безопасности по спортивным играм Передвижения без мяча в стойке баскетболиста.	1	15.01(а) 16.01 (б, в)	
50	Техника безопасности по спортивным играм. Передача мяча в парах	1	16.01(а) 17.01(б) 18.01 (в)	
51	Совершенствовать технику Ведение мяча на месте. Передача мяча в парах	1	18.01(а, б) 19.01(в)	
52	Ловля и передача мяча на месте. Игра «Мяч ловцу»	1	22.01(а) 23.01(б, в)	
53	Совершенствование Ловля и передача мяча на месте. Эстафеты	1	23.01(а) 24.01(б)	
54	Закрепить ловля и передача мяча на месте через эстафеты.	1	25.01(а, б) 26.01(в)	
55	ОРУ. Учить Технику ведение мяча на месте в движении. П.И «Гонка мячей по кругу».	1	29.01(а) 30.01(б, в)	
56	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Снайпер	1	30.01(а) 31.01(б) 1.02(в)	
57	Подвижные игры с баскетбольным мячом	1	1.02(а, б) 2.02(в)	
Раздел -Лыжные гонки 21ч				
58	Т.Б на уроке ф. к. Переноска лыж способом под руку; надевание лыж. Учить технику Поворотов переступанием вокруг носков. Передвижения на лыжах	1	5.02(а) 6.02(б, в)	
59	Передвижение скользящим шагом . Игра «Слушай сигнал». Поворот махом.	1	6.02(а) 7.02(б) 8.02(в)	
60	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Игра – эстафета «Кто самый быстрый?».	1	8.02(а, б) 9.02(в)	
61	Передвижение скользящим шагом без палок, с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.	1	12.02(а) 13.02(б, в)	
62	Передвижения на лыжах обгоняя с переходом на соседнюю лыжню. Эстафеты	1	13.02(а) 14.02(б) 15.02(в)	

63	Передвижение скользящим шагом без палок, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.	1	15.02(а, б) 16.02(в)	
64	Учить технику попеременного двухшажного хода без палок. п/и «У кого красивее снежинка».	1	19.02(а) 20.02(б, в)	
65	Совершенствование попеременно двухшажного хода без палок с палками. п/и «У кого красивее снежинка».	1	20.02(а) 21.02(б, в)	
66	Закрепить Попеременный двухшажный ход без палок через эстафеты. п/и «Шире шаг». Учить Подъему Лесенкой .Спуск с пологих склонов.	1	22.02(а, б) 23.02(в)	
67	Совершенствовать Подъем Лесенкой .Спуск с пологих склонов.	1	26.02(а) 27.02(б, в)	

68	Закрепить подъем лесенкой .Спуск с пологих склонов через эстафеты.	1	27.02(а) 28.02(б) 1.03(в)	
69	Спуски в высокой стойке и низкой стойке. Салки Передвижение на лыжах	1	1.03(а, б) 2.03(в)	
70	Подъем «лесенкой и елочкой». п/и «Слушай сигнал»	1	5.03(а) 6.03(б, в)	
71	Спуски в низкой стойке. п/и «Слушай сигнал».	1	6.03(а) 7.03(б) 8.03(в)	
72	Попеременный двухшажный ход с палками .Подъемы и спуски с небольших склонов.	1	8.03(а, б) 9.03(в)	
73	Прохождение дистанции . Подъем елочкой.	1	12.03(а) 13.03(б, в)	
74	Подъемы и спуски с небольших склонов. Торможение плугом и упором	1	13.03(а) 14.03(б) 15.03(в)	
75	Повороты переступанием Спуск. .Торможение плугом и упором. Передвижение на лыжах 1км	1	15.03(а, б) 16.03(в)	
76	Повороты переступанием на месте и в движении. п/и «По местам».	1	19.03(а) 20.03(б, в)	
77	Передвижение на лыжах 1км	1	20.02(а) 21.03(б) 22.03(в)	
78	Передвижение на лыжах 1км	1	22.02(а, б) 23.03(в)	
IV - четверть		24	план	факт
Раздел – Легкая атлетика 11				
79	Обычный бег с изменением направления движения».	1	3.04(а, б, в)	
80	Историческое путешествие «Зарождение физической культуры на территории Древней	1	4.04(б)	

	Руси». Эстафеты 15-30м			
81	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Ловишка». ТБ во время прыжка в длину.		5.04(а, б, в)	
82	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега.	1	6.04(в)	
83	Прыжки в длину с разбега. Круговая эстафета. ОРУ	1	9.04(а) 10.04(б, в)	
84	Прыжки в длину с разбега в зону отталкивание. Круговая эстафета	1	10.04(а) 11.04(б) 12.04(в)	
85	Построение перестроение ОРУ. Бег на выносливость. Метание.	1	12.04(а, б) 13.04(в)	
86	Бег. Построение перестроение ОРУ. Бег на выносливость. Метание на дальность.	1	16.04(а) 17.04(б, в)	

8 7	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	1	17.04(а) 18.04(б) 19.04(в)	
8 8	Прыжок в высоту согнув ноги 70 см. «Челночный» бег.	1	19.04(а, б) 20.04(в)	
8 9	Прыжок в высоту согнув ноги . Равномерный бег до 6 мин	1	23.04	
Раздел – подвижные игры с элементами спортивных – 13 ч				
90	Развивать скоростно –силовые способности через игры.	1	23.04(а) 24.04(б, в)	
91	Развитие скоростно-силовых и координационных способностей через круговую тренировку.	1	24.04(а) 25.04(б) 26.04(в)	
92	Бег, эстафеты. Полоса препятствия	1	26.04(а, б) 27.04(в)	
93	Эстафеты с мячами. Игра Развитие координации	1	30.04(а) 2.05(б) 3.05(в)	
94	Игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости.	1	3.05(а, б) 4.05(в)	
95	Эстафеты. ОРУ. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.	1	7.05(а) 8.05(б, в)	
96	Игра круговая эстафета 5-20м. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	8.05(а) 10.05(б, в)	
97	Игра «Воробьи и вороны». ОРУ. Развитие выносливости.	1	10.05(а) 11.05(в)	
98	ОРУ в движении. Игры: «Охотники и утки», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	14.05(а) 15.05(б, в)	

99	Игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие выносливости	1	25.05(б, в)	
100	Эстафеты игры .Развитие скоростно-силовых качеств	1	15.05(а) 16.05(б) 17.05(в)	
101	Прыжки со скакалкой. Подвижная игра «Кот и мыши».	1	17.05(а, б) 18.05(в)	
102	Игры с использованием скакалки. Подвижная игра «Невод».	1	22.05(а, б, в)	

