

Департамент образования города Москвы
Государственное бюджетное образовательное учреждение города Москвы средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов №1950



«СОГЛАСОВАНО»
Заместитель директора по УВР
Морозова Е.Н.
«01» сентября 2015 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТУ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся **1-11** классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2011).

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в начальной школе, на его преподавание отводится: 66 часов в 1 классе, 68 часов в 2-4 классах в год.

Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе можно использовать учебник: Лях В. И. Физическая культура. 1-4 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений. М.: Просвещение, 2010.

В Рабочей 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.

Программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с элементами 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.

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

. Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура»

Базовым результатом образования в области физической культуры 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 ее 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 учетом требований ее 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 ее 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 инвентарем 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 ее напряженность 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 подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ

Тематическое планирование по физической культуре на 2015-2016 учебного года (01.09.15-30.05.16.)

Класс - 1 класс

Учитель _____ Жуков О.О. _____

Количество часов по программе – 2 часа

Планирование составлено на основе программы _комплексная программа физического воспитания В.И.Ляха , А. А. Зданевича _

Учебник под редакцией В. И.Лях

№ №	Тема урока	Тип урока	Колич ество часов	Элементы минимального содержания программы	Элеметы дополнитель ного содержания образования (гимназическ ий компонент)	Требования к уровню подготовки учащихся	Вид контрол я	Домашнее задание	Используй вание ИКТ
----------------	-------------------	----------------------	----------------------------------	---	---	--	------------------------------	-----------------------------	--------------------------------

1	Инструктаж по Т.Б. Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростных качеств.	Вводный	1			Знать правила Т.Б. Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 30м)	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
2	Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег 30м. Подвижная игра «Вызов номеров». понятие «короткая дистанция». Развитие скоростных качеств.	Изучение нового материала	1			Знать понятие «короткая дистанция». Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 30м)	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность

3	Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег 30м.,60м Подвижная игра «Гуси-лебеди». Понятие «короткая дистанция.	Комбинированной	1			Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 30м, до 60м.)	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
4	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег 60м. ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номеров».	Комбинированной	1			Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м)	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
5	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперёд. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде».	Изучение нового материала	1			Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность

						яму на обе ноги			
6	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперёд. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств	Комбинированной	1			Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
7	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра «Лисы и куры».	Комбинированной	1			Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
8	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «К своим флажкам».	Изучение нового материала	1			Уметь: правильно выполнять основные движения в метании;	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность

	ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей.					метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений.			
9	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «Попади в мяч». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей.	Комбинированной	1			Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
10	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания на заданное расстояние.	Комбинированной	1			Уметь: правильно выполнять основные движения в метании;	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность

	Подвижная игра «Кто дальше бросит». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей.					метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений.			
11	Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Изучение нового материала	1			Знать: ТБ на подвижных играх. Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
12	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
13	ОРУ. Игры «Класс, смирно!», «Октябрята». Эстафеты. Развитие	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом,	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность

	скоростно-силовых способностей.					прыжками, метанием.			
14	ОРУ. Игры «Класс, смирно!», «Октябрята». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
15	ОРУ. Игра «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
16	ОРУ. Игра «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
17	ОРУ. Игра «Через кочки и пенёчки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность

18	ОРУ. Игра «Через кочки и пенёчки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
19	ОРУ. Игра «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
20	ОРУ. Игра «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
21	ОРУ. Игра «Капитаны», «Попрыгунчики воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
22	ОРУ. Игра «Капитаны», «Попрыгунчики	Комплексный	1			Уметь: играть в подвижные	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность

	воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей					игры с бегом, прыжками, метанием.			
23	ОРУ. Игра «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 1	Проектная деятельность
24	ОРУ. Игра «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
25	ОРУ в движении. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Комплексный	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
26	ОРУ в движении. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-	Совершенствования	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность

	СИЛОВЫХ способностей.								
27	ОРУ в движении. Игра «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствовани я	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
28	ОРУ в движении. Игра «Удочка», «Компас». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствовани я	1			Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
29	Инструктаж по Т.Б. Основная стойка. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лёжа на животе. Игра «Пройди бесшумно». Развитие координационных способностей.	Изучение нового материала	1			Знать: Т.Б. на гимнастике. Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
30	Основная стойка. Построение в колонну по одному.	Комплексный	1			Уметь: выполнять строевые	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность

	<p>Группировка. Перекаты в группировке, лёжа на животе. Игра «Пройди бесшумно». Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов.</p>					команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.			
31	<p>Основная стойка. Построение в шеренгу. Группировка. Перекаты в группировке, лёжа на животе. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.</p>	Комплексный	1			Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
32	<p>Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ. Игра «Космонавты.</p>	Комплексный	1			Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность

	Развитие координационных способностей.								
33	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей.	Изучение нового материала	1			Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
34	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты на право, налево. ОРУ с обручами. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Игра «Не	Комплексный	1			Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность

	ошибись!». Развитие координационных способностей.								
35	Повороты на право, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей.	Комплексный	1			Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
36	Повороты на право, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Заподня». Развитие	Совершенствования	1			Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность

	координационных способностей.								
37	Повороты на право, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Заподня». <i>Развитие</i> координационных способностей.	Совершенствования	1			Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
38	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей	Изучение нового материала	1			Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
39	Лазание по канату. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Фигуры».	Комплексный	1			Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату;	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность

	Развитие силовых способностей					выполнять опорный прыжок			
40	Лазание по гимнастической стенке в упоре присев. Подтягивание, лёжа на животе на гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Светофор». Развитие силовых способностей.	Комплексный	1			Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
41	Подтягивание, лёжа на животе на гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Три движения». Развитие силовых способностей.	Комплексный	1			Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность

42	ТБ на баскетболе. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей.	Изучение нового материала	1			Знать: ТБ на баскетболе. Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
43	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Передача мячей в колоннах». Развитие координационных способностей.	Совершенствования	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
44	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу».	Совершенствования	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение,</i>	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность

	Развитие координационных способностей.					<i>броски)</i> в процессе подвижных игр.			
45	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Совершенствования 74, 75 Комплексный	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на расстояние, <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски)</i> в процессе подвижных игр.	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность
46	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Передал-садись». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Совершенствования	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на расстояние, <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	текущий	Комплекс УГГ 2	Проектная деятельность

47	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Совершенствования	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на расстояние, <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
48	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей	Совершенствования	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на расстояние, <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
49	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. ОРУ.	Совершенствования	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность

	Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей					<i>расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол</i>			
50	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей	Комплексный	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол</i>	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
51	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки».	Комплексный	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе</i>	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность

	Развитие координационных способностей					подвижных игр; играть в мини-баскетбол			
52	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационных способностей	Комплексный	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на расстояние, <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
53	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационных способностей	Комплексный	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на расстояние, <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность

54	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяч водящему». Развитие координационных способностей	Комплексный	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на расстояние, <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
55	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяч водящему». Развитие координационных способностей	Комплексный	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на расстояние, <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
56	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение	Комплексный	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность

	мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей					<i>расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол</i>			
57	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	Комплексный	1			Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол</i>	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
58	ТБ на л/а. Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег 30м. ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны».	Комплексный	1			Знать: правила ТБ Уметь: правила выполнять основные движения в ходьбе и беге;	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность

	Эстафеты. Развитие скоростных способностей.					бегать с максимальной скоростью до 60м.			
59	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег 60м. ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	Комплексный	1			Уметь: правила выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60м.	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
60	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег 60м. ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	Комплексный	1			Уметь: правила выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60м.	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
61	Прыжок в длину с места. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Парашютисты»	Комплексный	1			Уметь: правила выполнять основные	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность

						движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги.			
62	Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Кузнечики».	Комплексный	1			Уметь: правила выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60м.	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
63	Прыжок в длину с места, с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Прыжок за прыжком».	Комплексный	1			Уметь: правила выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60м.	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность

64	<p>Метание малого мяча в цель (2*2) с 3-4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.</p>	Комплексный	1			<p>Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из разных положений; метание в цель.</p>	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность
65	<p>ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Защита укрепления». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.</p>	Комплексный	1			<p>Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на</p>	текущий	Комплекс УГГ 3	Проектная деятельность

66	<p>Метание малого мяча в цель (2*2) с 3-4 метров. Метание набивного мяча на дальность. ОРУ. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.</p>	Комплексный	1			<p>дальность с места из различных положений; метание в цель; метание набивного мяча из различных положений</p>	текущий	Комплекс УГГ 3	<p>Проектная деятельность</p>
----	--	-------------	---	--	--	--	---------	----------------	-------------------------------