

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет Администрации Чарышского района по образованию

МКОУ "Маякская СОШ"

СОГЛАСОВАНО
Координатор по УР

_____ Миляева О.А.

Протокол №7
от "9" июня 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор

_____ Хлыновская Ю.В.

Приказ №23
от "14" июня 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (ID 2357647)

учебного предмета
«физическая культура»

для 3 класса начального образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Еремин Владислав Евгеньевич
учитель физической культуры

Маяк 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование»

вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

В 3 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

Способы самостоятельной деятельности. Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультурминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения в движении противходом; перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками; приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге; прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег; бег с преодолением препятствий; с ускорением и торможением; максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Лыжная подготовка. Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.

Плавательная подготовка. Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине; брас. Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками; погружение в воду и всплытие; скольжение на воде. Упражнения в плавании кролем на груди.

Подвижные и спортивные игры. Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча; ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача; приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча; удар по неподвижному футбольному мячу.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ошибках;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании **третьего года обучения** учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в

течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам);

коммуникативные УУД:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой;

регулятивные УУД:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

Предметные результаты

К концу обучения в третьем классе обучающийся научится:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений; легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону; двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону; лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;

- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении); волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах); футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Физическая культура у древних народов	2	0	0		знакомятся с историей возникновения первых спортивных соревнований и видов спорта, сравнивают их с современными видами спорта, приводят примеры их общих и отличительных признаков;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/
Итого по разделу		2						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Виды физических упражнений	1	0	0		выполняют несколько общеразвивающих упражнений и объясняют их отличительные признаки;;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/
2.2.	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	0	0		знакомятся с таблицей величины нагрузки по значениям пульса (малая, средняя и большая нагрузка);;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/
2.3.	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой	1	0	0		измерение пульса после выполнения физкультминутки и определение величины физической нагрузки по таблице;;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/
Итого по разделу		3						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Закаливание организма	0.5	0	0		разучивают последовательность приёмов закаливания при помощи обливания под душем, способы регулирования температурных и временных режимов;;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/
3.2.	Дыхательная гимнастика	0.25	0	0		обсуждают понятие «дыхательная гимнастика», выявляют и анализируют отличительные признаки дыхательной гимнастики от обычного дыхания;;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/
3.3.	Зрительная гимнастика	0.25	0	0		анализируют задачи и способы организации занятий зрительной гимнастикой во время работы за компьютером, выполнения домашних заданий;;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/
Итого по разделу		1						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые команды и упражнения	2	0	0		разучивают правила выполнения передвижений в колонне по одному по команде «Противоходом налево шагом марш!»;;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Лазанье по канату	1	0	0		наблюдают и анализируют образец техники лазанья по канату в три приёма, выделяют основные технические элементы, определяют трудности их выполнения;;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	0		выполняют стилизованную ходьбу с произвольным движением рук (вперёд, вверх, назад, в стороны);;	Устный опрос;	https://edsoo.ru/

4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по гимнастической стенке	1	0	0		выполняют передвижение по полу лицом к гимнастической стенке приставным шагом поочередно правым и левым боком, удерживаясь руками хватом сверху за жердь на уровне груди;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Прыжки через скакалку	1	0	0		наблюдают и обсуждают технику выполнения прыжков через скакалку с изменяющейся скоростью вращения вперёд;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Ритмическая гимнастика»	1	0	0		знакомятся с понятием «ритмическая гимнастика», особенностями содержания стилизованных упражнений ритмической гимнастики, отличиями упражнений ритмической гимнастики от упражнений других видов гимнастик;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.7.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	1	0	0		повторяют движения танца галоп (приставной шаг в правую и левую сторону с подскоком и приземлением; шаг вперёд с подскоком и приземлением);;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с разбега	4	0	0		разучивают подводящие упражнения к прыжку с разбега, согнув ноги;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски набивного мяча	4	0	0		разучивают бросок набивного мяча из-за головы в положении стоя на дальность;;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.10.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения повышенной координационной сложности	8	0	0		выполняют упражнения;;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.11.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	3	0	0		наблюдают и анализируют образец учителя, выделяют отдельные фазы и особенности их выполнения;;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.12.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	3	0	0		наблюдают и анализируют образец поворотов на лыжах способом переступания, обсуждают особенности его выполнения;;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.13.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	2	0	0		наблюдают и анализируют образец торможения плугом, уточняют элементы техники, особенности их выполнения;;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.14.	Модуль "Плавательная подготовка". Плавательная подготовка	0	0	0		Отсутствует бассейн;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.15.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	15	0	0		разучивают правила подвижных игр, условия их проведения и способы подготовки игровой площадки;;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
4.16.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры	15	0	0		наблюдают за образцами технических действий игры баскетбол, уточняют особенности их выполнения;;;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
Итого по разделу		62						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	0	0	0		демонстрируют приросты показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;	Устный опрос;	https://edsou.ru/
Итого по разделу		0						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Вводный инструктаж по Т. Б. Правила ТБ при занятиях физической культурой	1	0	0		Устный опрос;
2.	Физическая культура у древних народов	1	0	0		Устный опрос;
3.	Виды физических упражнений Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	0		Устный опрос;
4.	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	0	0		Устный опрос;
5.	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой	1	0	0		Устный опрос;
6.	Закаливание организма Дыхательная гимнастика	1	0	0		Устный опрос;
7.	Инструктаж по ТБ. Ходьба с преодолением препятствий и по разметкам.	1	0	0		Устный опрос;
8.	Высокий старт. Челночный бег.	1	0	0		Устный опрос;
9.	Бег 30 м	1	0	0		Устный опрос;
10.	Низкий старт Бег 60м	1	0	0		Устный опрос;
11.	Прыжки в длину с места.	1	0	0		Устный опрос;
12.	Прыжок в длину с разбега (с зоны отталкивания).	1	0	0		Устный опрос;
13.	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную ицель	1	0	0		Устный опрос;
14.	Техника метания мяча на дальность Метание мяча на дальность	1	0	0		Устный опрос;

15.	Т.Б. Строевые упражнения и команды	1	0	0		Устный опрос;
16.	Строевые упражнения и команды Подтягивания в висе.	1	0	0		Устный опрос;
17.	Строевые упражнения и команды Подтягивания в висе.	1	0	0		Устный опрос;
18.	Кувырок вперед. Кувырок назад.	1	0	0		Устный опрос;
19.	Стойка на лопатках. Мостик	1	0	0		Устный опрос;
20.	Акробатическая комбинация	1	0	0		Устный опрос;
21.	Подтягивание по наклонной скамейке лежа на животе.	1	0	0		Устный опрос;
22.	Перелезание через козла, бревно.	1	0	0		Устный опрос;
23.	Т. Б.ОРУ с обручами. Игры «Заяц без логова».	1	0	0		Устный опрос;
24.	ОРУ в движении. Игры «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки». Эстафеты с мячами.	1	0	0		Устный опрос;
25.	ОРУ с мячами. Игры «Наступление», «Метко в цель».	1	0	0		Устный опрос;
26.	ОРУ. Игры «Кто дальше бросит», «Кто обгонит». Эстафеты с обручами.	1	0	0		Устный опрос;
27.	ОРУ. Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву».	2	0	0		Устный опрос;
28.	ОРУ. Игра «Перестрелка»	1	0	0		Устный опрос;
29.	ОРУ. Игра «Веселые старты»	1	0	0		Устный опрос;
30.	ОРУ. Игра «Перестрелка»	1	0	0		Устный опрос;
31.	ОРУ. Игры «Кузнечики», «Попади в мяч».	1	0	0		Устный опрос;
32.	Т.Б. Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	1	0	0		Устный опрос;

33.	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	1	0	0		Устный опрос;
34.	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	1	0	0		Устный опрос;
35.	Попеременный двухшажный ход на лыжах	1	0	0		Устный опрос;
36.	Одновременный двухшажный ход на лыжах	1	0	0		Устный опрос;
37.	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	1	0	0		Устный опрос;
38.	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	1	0	0		Устный опрос;
39.	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	1	0	0		Устный опрос;
40.	Т.Б Спортивная игра «Баскетбол. Бросок и ловля мяча на месте	1	0	0		Устный опрос;
41.	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».	1	0	0		Устный опрос;
42.	Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении.	1	0	0		Устный опрос;
43.	Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). Игра «Передай другому»	1	0	0		Устный опрос;
44.	Броски в цель (в кольцо, щит, обруч)	1	0	0		Устный опрос;
45.	Ведение мяча в парах. Игра «У кого меньше мячей» Игра «Гонка мячей по кругу».	1	0	0		Устный опрос;
46.	Бросок двумя руками от груди.	1	0	0		Устный опрос;
47.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках и квадр.	1	0	0		Устный опрос;
48.	Ведение мяча с изменением направления.	1	0	0		Устный опрос;
49.	Игра в баскетбол по упрощенным правилам	1	0	0		Устный опрос;

50.	Т. Б. Волейбол как вид спорта. Основные правила и элементы игры.	1	0	0		Устный опрос;
51.	Броски и ловля мяча от стены на месте.	1	0	0		Устный опрос;
52.	Броски и ловля мяча от стены на месте.	1	0	0		Устный опрос;
53.	Броски и ловля мяча от стены после перемещения влево, вправо, вперед, назад.	1	0	0		Устный опрос;
54.	Броски и ловля мяча от стены после перемещения влево, вправо, вперед, назад.	1	0	0		Устный опрос;
55.	Передача мяча в парах.	1	0	0		Устный опрос;
56.	Передача мяча в парах.	1	0	0		Устный опрос;
57.	Броски мяча через волейбольную сетку.	1	0	0		Устный опрос;
58.	Игра в «Пионербол».	1	0	0		Устный опрос;
59.	Игра в «Пионербол».	1	0	0		Устный опрос;
60.	Т. Б. Беговые упражнения. Высокий старт Челночный бег 3x10 м	1	0	0		Устный опрос;
61.	Бег 30 м с высокого старта.	1	0	0		Устный опрос;
62.	Бег 60 м с низкого старта.	1	0	0		Устный опрос;
63.	Бег на 1000 м	1	0	0		Устный опрос;
64.	Т.Б.Прыжок в высоту с прямого разбега способом перешагивание.	1	0	0		Устный опрос;
65.	Прыжок в длину с места.	1	0	0		Устный опрос;

66.	Прыжок в длину с разбега.	1	0	0		Устный опрос;
67.	Метание малого мяча на точность и на дальность	1	0	0		Устный опрос;
68.						
69.						
70.						
71.						
72.						
73.						
74.						
75.						
76.						
77.						
78.						
79.						
80.						
81.						
82.						
83.						
84.						
85.						
86.						
87.						
88.						
89.						
90.						
91.						
92.						
93.						
94.						
95.						

96.						
97.						
98.						
99.						
100.						
101.						
102.						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	0			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

