

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 1-4 классы

№ уроков	Разделы программы	Элементы федерального компонента государственного стандарта общего образования	Темы уроков по классам				Формы контроля	Оснащенность урока	Дата
			1 класс	2 класс	3 класс	4 класс			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	1 четверть (24 часа)								
1.	Правила безопасного поведения и техники безопасности	Основы техники безопасности и травматизма профилактики	Вводный инструктаж по технике безопасности. Техника безопасности в подвижных играх на материале л/атлетики футбола, оказание первой помощи				Фронтальный опрос	Инструкции и журнал по ТБ	05.09
2.	Освоение строевых упражнений	Двигательные умения	Ходьба под счет	Легкая Атлетика Ходьба и Бег	Освоение Строевых Упражнений.	Освоение Строевых Упражнений.	Освоение строевых упр. Корректир. выполнения команд		07
3.	Оценка уровня физической подготовки	Основные физические качества (скорост.-силов.и силовые качества)	Легкая атлетика. Подвижные игры.	Легкая атлетика. бег с ускорением 60 м.	Легкая атлетика. Подвижные игры.	Легкая атлетика. Ходьба и бег.	Фиксирование результатов		08
4.	Общеразвивающие упражнения (ОУ), (выносливость)	Развитие основных физических качеств (ОФК)	Легкая атлетика. Бег с ускорением	Легкая атлетика. Ходьба и бег.		Легкая атлетика бег на скорость 30,60 м.	Корректир. техники бега, правильности дыхания		12
5.	Организация команды и приемы строевых упражнений	Двигательные умения	Прыжки.	Легкая атлетика. Прыжки	Легкая атлетика. Прыжки.	Легкая атлетика. Бег на скорость 60 м.	Корректировка выполнения команд		14

6.	Оценка уровня физической подготовки	ОФК, силовые качества, силовая выносливость	Прыжки на двух ногах.	Прыжки с разбега 3-5 шагов.	Легкая атлетика. Подвижные игры.	Легкая атлетика. Бег на скорость 100м.	Фиксирование результатов		15.09
7.	ОРУ (выносливость)	ОФК (выносливость)		Прыжки в высоту до 40 см.	Прыжок в длину с места.	Метание.	Корректировка техники бега		19.
8.	Оценка уровня физической подготовки (скорость)	ОФК (скорость)		Прыжки поворотом на 180 градусов	Прыжок в длину с разбега.	Метание. Бросок теннисного мяча в цель.	Корректировка техники и тактики бега		21
9.	Организационные приемы и навыки ходьбы	Двигательные умения. ОЗ	Бросок малого мяча.	Прыжок в длину с разбега.	Прыжок в длину с разбега	Метание теннисного мяча на дальность.	Корректировка движений, опрос		22
10.	Оценка уровня физической подготовки (выносливость)	Основные физические качества	Метание малого мяча из положения стоя.	Метание малого мяча в горизонтальную цель.	Метание.	Бросок теннисного мяча на заданное расстояние.	Корректировка техники и тактики бега		26
11.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Развитие координационных способностей		Метание малого мяча в вертикальную цель.	Метание теннисного мяча.	Бросок набивного мяча.	Выполнение правил игр		28
12.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Развитие ОФК (гибкость)	Метание малого мяча на заданное расстояние.	Метание набивного мяча	Метание теннисного мяча в цель.	Бросок теннисного мяча на дальность в цель.	Корректировка движений		29
13.	Организационные приемы и навыки бега	Двигательные умения	Равномерный бег 3 мин.	Метание малого, набивного мяча в цель.	Метание малого мяча.		Корректировка движений		03.10
14.	Основы знаний о физической культуре человека	Ф. К. общества и человека	Равномерный бег 3 мин	Метание мяча в цель.	Метание малого мяча с места в цель.	Бросок теннисного мяча на результат.	Фронтальный опрос		05

15.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ), (скорость)	Двигательные умения		Равномерный бег 3 мин.	Метание мяча в цель.	Прыжок в длину способом согнув ноги.	Корректировка техники и тактики бега		06.10
16.	Организационные приемы и навыки прыжков	Двигательные умения	Равномерный бег 3 мин	Равномерный бег 4 мин.	Метание мяча в вертикальную цель.	Тройной прыжок с места.	Корректировка движений		10
17.	Организационные приемы и навыки прыжков	Двигательные умения		Равномерный бег 4 мин.	Бег 4 мин.	Прыжок в длину согнув ноги.	Корректировка техники прыжков в длину с места		12
18.	Организационные приемы и навыки прыжков	Двигательные умения	Равномерный бег 3 мин	Равномерный бег 4 мин.	Равномерный бег 4 мин.	Тройной прыжок с места в длину согнув ноги.	Корректировка техники прыжков в высоту		13
19.	Организационные приемы и навыки прыжков	Двигательные умения (координация)		Равномерный бег 4 мин.	Бег 4 мин. Преодоление препятствий.	Равномерный бег 5 мин.	Страховка в сложном месте		17
20.	Основы знаний о физической деятельности	Ф. К. общества и человека	Бег 5 мин. Чередование ходьбы и бега.	Равномерный бег 4 мин.	Бег 4 мин. Преодоление препятствий	Равномерный бег 6 мин. Подвижные игры.	Фронтальный опрос		19
21.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Ф. К. общества и человека	Бег 5 мин. Чередование ходьбы и бега.	Равномерный бег 4 мин.	Бег 4 мин. Преодоление препятствий	Равномерный бег 6 мин. Подвижные игры.	Фронтальный опрос		20
22.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Двигательные умения	Равномерный бег 5 мин	Бег 4 мин.	Бег 5 мин. Преодоление препятствий	Равномерный бег 7 мин. Подвижные игры.	Корректировка движений		24
23.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направ-	Двигательные умения	Удар внутренней стороной стопы (щетка) по неподвижному мячу. Ведение мяча	Бег в равномерном темпе 4 мин.	Бег 5 мин. Преодоление препятствий	Равномерный бег 7 мин. подвижные игры.	Корректировка движений, выполнение правил		26

	ленностью		по прямой с остановками						
24.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Двигательные умения	Пас внутренней стороной стопы (щёчкой) с 3-4 метров другому ученику	Равномерный бег 4 мин.	Бег 1 км.	Бег 7 мин. Чередование ходьбы и бега.	Корректировка техники		27.10
	2 четверть (24 часа)								
25.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Подвижные игры на материале футбола. Двигательные умения	Ведение мяча по прямой и передача мяча другому	Игра в мини-футбол по правилам	Техника безопасности	Бег 8 мин.	Корректировка техники и тактики		07.11
26.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Подвижные игры на материале л/атлетики	Игры: «Вызов номеров», «Пустое место»	Игры: «Быстро по местам», «Мышеловка»	Равномерный бег 8 мин.		Выполнение правил игр		09
27.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ), (выносливость)	Развитие основных физических качеств. ОЗ	Равномерный шестиминутный бег с измерением пульса до бега, после и через 3-5 минут.		Равномерный бег 8 мин. Преодоление препятствий Игры: «Невод», «Третий лишний».		Корректировка частоты шага и правильность дыхания	Спортплощадка, спортзал, секундомер	10
28.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Подвижные игры на материале единоборств	Игры: «Ловкие ребята», «Перетягивание в парах», «Бой петухов», «Тяни в круг»		Выполнение правил игр				14
29.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Подвижные игры на материале баскетбола	«Гонка мячей»	«Мяч среднему»	«Мяч ловцу»	«Борьба за мяч»	Выполнение правил игр		16
30.	Организационные приемы и навыки (броски)	Двигательные умения	Броски большого мяча на дальность двумя руками из-за головы, от груди		Броски большого мяча на дальность двумя руками из-за головы, от груди снизу, из положения стоя и сидя		Корректировка техники исполнения, фиксированные результаты	Спортзал, баскетбольные мячи	17

31.	Организационные приемы и навыки (метание)	Двигательные умения	Метание малого мяча с места на дальность, стоя грудью в направлении метания	Метание в мишень 2х2 метра с 4—5 метров	Метание м/мяча (150г) на дальность из-за головы, стоя на месте, через плечо с разбега с 3-х шагов	Корректировка техники исполнения, фиксирование результатов	Спортзал, м/мячи, ЖУР	21.11
32.	Основы знаний о физической деятельности	Ф. К. общества и человека	Теория: «Здоровье и физическое развитие человека»		Теория: «Организация физического воспитания в стране»	УП Фронтальный опрос		23
33.	Организационные приемы и навыки метания	Двигательные умения	Метание в мишень 2х2 метра с 3-4 метров	Метание м/мяча (150 г) на дальность из-за головы через плечо с разбега		Корректировка техники, фиксирование результатов	Спортплощадка, спортзал, ЖУР	24
				С 3-4 шагов разбега	С 5-6 шагов разбега			
34.	Общеразвивающие упражнения (координация)	Развитие основных физических качеств	Хождение по наклонной гимнастической скамейке, лазание по гимнастической лестнице (до 8 ступенек). Подвижные игры		Упражнения на гимнастической скамейке с мячами и др. предметами на сохранение равновесия. Эстафеты	Страховка, коррекция движений	Гимнастические скамейки, мячи, палки, маты	28
35.	Общеразвивающие упражнения (координация)	Развитие основных физических качеств	Упражнения на развитие вестибулярного аппарата	Челночный бег 3 x 5 м	Челночный бег 3 x 10 м	Страховка, коррекция движений	Спортзал, секундомер, ЖУР	30
			Подвижные игры					
36.	Общеразвивающие упражнения (скорость)	Развитие основных физических качеств	Бег с ускорением 10-15 метров		Бег с ускорением 10-15 метров	Корректировка техники бега		01.12
37.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	На материале баскетбола, ручного мяча	Техника передвижений остановок, стоек, поворотов	Техника передвижений остановок, стоек, поворотов (закрепление)	Техника передвижений остановок, стоек, поворотов (совершенствование)	Корректировка техники бега	Спортзал	05
38.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью.	На материале баскетбола, ручного мяча	Освоение ловли, передачи и бросков мяча. Подвижные игры		Ловля и передача мяча в движении. Подвижные игры	Корректировка техники бега	Спортзал, мячи	07

39.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	На материале баскетбола, ручного мяча	Ведение мяча, стоя на месте и в шаге	Ведение мяча правой и левой рукой в движении (шагом и бегом)	Ведение мяча с изменением направления	Ведение мяча с изменением направления и скорости	Корректировка техники бега		08.12
40.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	На материале баскетбола, ручного мяча	Броски мяча в цель (кольцо, щит, мишень, обруч)		Броски мяча в цель (кольцо, щит, мишень, обруч) в ходьбе и медленном шаге		Корректировка техники бега	Спортзал , мячи	12
41.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Подвижные игры на материале баскетбола и гандбола	Игра «Бросай-поймай»	Игра «Выстрел в небо»	Игра в баскетбол и гандбол по упрощенным правилам		Корректировка техники бега	Спортзал , мячи	14
42.	Общеразвивающие упражнения (сила)	Развитие основных физических качеств (силовая подготовка)	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов с повышенной амплитудой движений. Перетягивание каната				Корректировка техники бега	Спортзал ,	15
43.	Общеразвивающие упражнения (сила)		Основные положения и движения руками и ногами на месте и в движении. Подвижные игры				Фиксирование дозировки, точность исполнения	Спортзал ,	19
44.	Общеразвивающие упражнения (сила)		Общеразвивающие упражнения с набивными мячами (1 кг). Теория: «Оказание первой помощи»					Спортзал	21
45.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Подвижные игры на материале волейбола	Подвижные упражнения для обучения нижней и прямой, боковой передачи	Подвижные упражнения для обучения нижней и прямой, боковой передачи (закрепление)	Подвижные упражнения для обучения нижней и прямой, боковой передачи (совершенствование)		Корректировка движений	Волейбольная площадка, мячи	22
46.			Обучение игре «Мяч через сетку»,	Обучение, закрепление иг-	Игра «Мяч через сетку», передача с 2-3 м		Корректировка техники	Спортзал,	26.

			передача с 2-3 м	ры «Мяч через сетку», передача с 3-4 м		и точности игры	волейбольные мячи	
47.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Комплексное развитие кондиционных и координационных способностей, взаимодействия	Подвижные игры: «Мяч водящему», «Точный расчёт»	Обучение игре «Мяч с четырех сторон»	Закрепление игры «Мяч с четырех сторон»	Совершенствование игры «Мяч с четырех сторон»	Корректировка техники и точности игры	28.12
48.	Практическое применение «Основ знаний»	Медико-биологические основы знаний	Дыхательные упражнения Напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений.	Оказание первой помощи, ведение индивидуальной карты	Оказание первой помощи, контроль ЧСС, ведение индивидуальной карты	Контроль над правильностью исполнения	Бинт, жгут, карточка	29.12
3 четверть (29 часов) 1 класс – 26 часов								
49.	Правила безопасного поведения и техники безопасности	Основы техники безопасности и профилактика травматизма	Повторный инструктаж по технике безопасности по физической культуре (занятия на материале лыжной подготовки). Передвижение скользящим шагом			Фронтальный опрос		12.01
50.	Лыжная подготовка	Развитие основных физических качеств	Передвижение скользящим шагом	Скользящий шаг с палками.	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	Контроль правильности и исполнения		16
51.	Общеразвивающие упражнения (координация, скорость)	Развитие основных физических качеств	Передвижение скользящим шагом, попеременный двухшажный ход.	Скользящий шаг с палками	Подъем «лесенкой».	Контроль правильности и		18
52.		Развитие основных физических качеств	передвижение скользящим шагом попеременный двухшажный ход. Спуск в основной	Подъемы и спуски с небольших склонов.	Спуски в высокой и низкой стойках.	Контроль правильности и		19

			стойке				
53.	Общеразвивающие упражнения (координация, скорость)	Развитие основных физических качеств	передвижение скользящим шагом попеременный двухшажный ход. одноопорное скольжение. Передвижение на лыжах до 1,5 км	Спуски в высокой и низкой стойках.	Контроль правильности		23.01
54.			передвижение скользящим шагом попеременный двухшажный ход. Поворот на месте переступанием вокруг пяток лыж	Попеременный двухшажный ход.	Контроль правильности		25
55.	Общеразвивающие упражнения (координация, скорость)	Развитие основных физических качеств	передвижение скользящим шагом попеременный двухшажный ход. Спуск в основной стойке подъем лесенкой	Попеременный двухшажный ход.	Контроль правильности		26
56.			передвижение скользящим шагом попеременный двухшажный ход. Спуск в основной стойке подъем лесенкой, спуск в низкой стойке	Попеременный двухшажный ход.	Контроль правильности		30
57.	Общеразвивающие упражнения (координация, скорость)	Развитие основных физических качеств	передвижение скользящим шагом Спуск в основной стойке попеременный двухшажный ход. подъем лесенкой, спуск в низкой стойке поворот переступанием при спуске	Спуски с пологих склонов. Торможение «плугом» и упором.	Контроль правильности		01.02
58.			передвижение скользящим шагом попеременный двухшажный ход. Спуск в основной стойке подъем лесенкой подъем и спуск на склоне	Спуски с пологих склонов. Торможение «плугом» и упором.	Контроль правильности		02
59.	Общеразвивающие упражнения (координация, скорость)	Развитие основных физических качеств	передвижение скользящим шагом попеременный двухшажный ход. Спуск в основной стойке подъем лесенкой	Спуски с пологих склонов. Торможение «плугом» и упором.	Контроль правильности		06
60.	Общеразвивающие упражнения (координация, скорость)		передвижение скользящим шагом попеременный двухшажный ход. Спуск в основной стойке поворот переступанием в движении	Повороты переступанием в движении.	Контроль правильности		08
61.		Развитие основных физических качеств	попеременный двухшажный ход. Спуск в основной стойке подъем лесенкой	Подъем «лесенкой» и «елочкой».	Контроль правильности		09
62.	Общеразвиваю	качеств	передвижение скользящим шагом	Прохождение дистанции до	Контроль		13

	щие упражнения (координация, скорость)		попеременный двухшажный ход. прохождение дистанции до 2 км.		2,5 км		правильность и		
63.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	На материале мини-футбола	Обучение	Закрепление	Совершенствование стоек, передвижений остановок в мини-футболе		Корректировка движений	Спортзал	15.02
64.		На материале мини-футбола	Удары по неподвижному мячу	Удары по неподвижному, катящемуся мячу	Удары по неподвижному мячу, ведение мяча	Совершенствование ударов по неподвижному мячу	Корректировка движений		16
65.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Подвижные игры на материале баскетбола, гандбола	Подвижная игра: «Мяч в корзину»		Подвижные игры: «Гонка мячей по кругу». «Борьба за мяч»		Корректировка движений	Спортзал мячи	20
66.	Общеразвивающие упражнения (координация, скорость)	ОФК	Подвижная игра «Быстро по местам»	Подвижная игра «Вызов номеров»	Эстафеты с преодолением препятствий		Корректировка движений	Спортзал набивные мячи, гимнаст. скамейки	22
67.	Общеразвивающие упражнения (скоростно-силовые качества)	ОФК	Метание м/мяча в цель с 5 метров	Метание м/мяча в цель с 6 метров	Метание м/мяча в цель с 7 метров		Корректировка техники исполнения	Спортзал мишень	27
68.	Общеразвивающие упражнения (выносливость)	ОФК	Равномерный бег до 5 мин	Равномерный бег до 6 мин	Равномерный бег до 8 мин	Равномерный бег до 10 мин	Оценка ЧСС до бега и после		01.03
69.	Общеразвивающие упражнения (координация, скорость)	ОФК	Эстафеты: «Бег паучком», «Посадка картофеля», «Змейка»				Корректировка движений		02
70.	Организационные приемы и	Двигательные действия	Танцевальные упражнения		Ходжение по гимнастической (наклон 30°) скамейке		Страховка	Спортзал гимнаст.	06

	навыки (прикладно-гимнастические упражнения)							скамейки	
71.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Координационные способности, технико-такт. взаимодействия	Обучение игре: «Перестрелка»	Подвижная игра: «Перестрелка»	Закрепление игры «Перестрелка»	Совершенствование игры «Перестрелка»	Корректировка действий		09.03
72.		На материале л/атлетики	Подвижная игра: «Встречная эстафета», эстафета с подскоками на одной и другой ноге		Техника передачи эстафетной палочки				13.03
73.	Общеразвивающие упражнения (координация)	ОФК	Ходьба по гимнастической скамейке и рейке с предметами и без, с различным положением рук	Ходьба по гимнастической скамейке и рейке с предметами и без, с различным положением рук, с ударами мяча об пол и ловлей его	Ходьба по гимнастической скамейке и рейке с подбрасыванием и ловлей мяча	Ходьба по гимнастической скамейке и рейке с предметами и без, с различным положением рук, повороты на носках на 90°, на 180°	Корректировка движений, страховка		15
74.	Общеразвивающие упражнения (сила)	ОФК	Метание набивного мяча (1 кг) из-за головы, сидя, ноги врозь	Метание набивного мяча, стоя, снизу двумя руками	Метание набивного мяча, стоя, сверху от груди	Метание набивного мяча различными способами	Корректировка действий, оценка результатов		16
75.	Общеразвивающие упражнения (скорость)	ОФК	Бег с ускорениями				Корректировка техники бега		20
			От 10 до 15 м.	от 20 до 30 м	от 30 до 40 м				
76.	Организационные приемы и навыки (прикладно-гимнастические упражнения)	Двигательные действия	Сгибание и разгибание ног в висе спиной к гимнастической стенке		Вис, прогнувшись на гимнастической стенке, подтягивание в висе, поднимание ног		Контроль правильности и исполнения	Спортзал гимнастическая стенка	22

77.	Организационные приемы и навыки		Упражнения в висе на малой перекладине	Упражнения в висе малой перекладине (закреп)	Упражнения в висе малой перекладине (совершенствование)			Перекладины, маты	23.03
	4 четверть (25 часов)								
78.	Общеразвивающие упражнения	Двигательные действия	Способы различных видов ходьбы с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением 3—4 препятствия, по разметкам			Контроль правильности и исполнения			03.04
79.	Общеразвивающие упражнения	На материале л/атлетики	Обучение эстафетному бегу в спортзале	Закрепление эстафетного бега в спортзале	Совершенствование эстафетного бега в спортзале		Правильность передачи палочки	Спортзал эстафетные палочки	05
80.	(скорость)		Комбинации из различных эстафет						06
81.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Подвижные игры на базе гандбола и баскетбола	Игра «Перестрелка»	Игра «Перестрелка»	Игра «Мяч с четырех сторон»		Корректировка техники и точности действий	Спортзал волейбольные и гандбольные мячи	10
82.		Подвижные игры на базе волейбола	Игра «Мяч через сетку» (подача с 2-3 м)	Игра «Мяч через сетку» (подача с 3-4 м)	Игра «Мяч через сетку» (подача с 3 м)	Игра «Мяч через сетку» (по основным правилам)			12
83.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Подвижные игры на базе волейбола	Закрепление игры «Мяч через сетку» (подача с 2-3 м)		Игра «Мяч через сетку» (с двумя мячами)		Корректировка техники и точности действий	Спортзал волейбольные и гандбольные мячи	13
84.	Общеразвивающие упражнения (гибкость)	ОФК	Комплекс упражнений на развитие гибкости. Подвижные игры			Контроль амплитуды движений			17
85.	Оценка уровня физической подготовленности	ОФК	Промежуточная аттестация (подтягивание, наклоны вперед, челночный бег, бросок набивного мяча)				Контроль	Спортзал	19
86.	Общеразвивающие упражнения (выносливость)	На материале л/атлетики	Бег 300 м.	Бег 300 м.	Бег 400 м.	Бег 400 м.	Корректировка техники бега		20
			Подвижные игры		Подвижные игры				
87.	Общеразвивающие	На материале	«Круговая эстафета» - расстояние 15 метров		Бег на 60 метров. Подвижные игры		Корректировка техники	Беговая дорожка,	24

	упражнения (скорость)	л/атлетики					бега	секундом ер, ЖУР	
88.	Общеразвивающие упражнения		Промежуточная аттестация		Промежуточная аттестация				26.04
89.	Общеразвивающие упражнения (сила, скоростно-силовые качества)	На материале л/атлетики	Прыжки в высоту на месте с касанием подвешенных ориентиров		Прыжки в высоту на месте и в движении с касанием подвешенных ориентиров. Подвижные игры		Корректировка исполнения прыжка	Площадка Подвижн. ориентир ы	27
90.	Основы знаний о физкультурной деятельности	Ф. К. общества и человека	Теория: «Средства развития правильной осанки»		Закрепление темы «Средства развития правильной осанки»		Фронтальный опрос, координационная польза средств	УП, отягощения, гимнастическая стенка	03.05
91.	Организационные приемы и навыки (координация)	ОФК	Прыжки через неподвижную и качающуюся длинную прыгалку	Прыжки в парах через препятствия	Эстафеты с прыжками на одной ноге (до 10 прыжков)		Корректировка действий	Спортплощадка, набивные мячи, прыгалка	04
92.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	На материале л/атлетики	Обучение	Закрепление	Высокий и низкий старты со стартовым ускорением	Закрепление высокого и низкого стартов со стартовым ускорением	Корректировка исполнения		10
			Высокий старт с касанием пола рукой со стартовым ускорением						
93.	Общеразвивающие упражнения (координация, скорость)	Подвижные игры на развитие физ. качеств	Игра «Пустое место»	Игра «Ловля парами»	Повторный пробег 15-20 м по 2-3 раза		Корректировка движений	Спортплощадка, беговая дорожка	11
94.	Оценка уровня физической подготовленности	ОФК (сила, гибкость)	Поднимание туловища из положения лежа за 30 сек, тест на гибкость				Правильность исполнения		15
95.		ОФК (сила, скоростно-силовые качества)	Удержание тела в висячем положении на перекладине. Прыжки в длину с места						17
96.	Оценка уровня физической подготовленности	ОФК (выносливость)	Бег с переходом на ходьбу на 1000 метров				Корректировка техники и тактики		18

	ности					исполнения		
97.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Двигательные действия	Подвижная игра: «Играй, играй, мяч не теряй»	Обучение игре «Русская лапта» (упрощённый вариант)	Игра «Русская лапта» (упрощённый вариант)	Выполнение правил	Площадка, биты, мячи	22.05
98.			Подвижная игра: «Играй, играй, мяч не теряй»	Закрепление игры «Русская лапта»	Совершенствование игры «Русская лапта»	Выполнение правил	Площадка, биты, мячи	24
99.	Оценка уровня физической подготовленности	ОФК	Промежуточная аттестация (прыжок в длину с места, бег 30 м, поднимание туловища, прыжки со скакалкой)			Контроль		25
100.		ОФК, двигательные действия	Промежуточная аттестация (6-ти минутный бег, бросок набивного мяча)			Контроль		29
101.	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	Двигательные действия	Подвижная игра «Школа мяча»		Игра «Круговая лапта»	Выполнение правил		31