

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 40»

РАССМОТРЕНО на заседании методического объединения Руководитель ШМО учителей начальных классов  / Г.В. Жуковская / подпись ФИО Протокол № 7 от «26» мая 2021г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ «СШ № 40»  / Е.Ю. Счисленок / подпись ФИО «30» августа 2021 г.	УТВЕРЖДАЮ И.о директора МБОУ «СШ № 40»  / Е.Ю. Счисленок / подпись ФИО Приказ № 01-15/203 от «30» августа 2021г. 
---	---	---

Рабочая программа
по физической культуре
(начальное общее образование)
3 класс

Составитель: Микенина Екатерина Васильевна, учитель физической культуры

г. Норильск
2021 г.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 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;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка системного наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Уровень физической подготовленности*

Физические способности	Контрольные упражнения	Уровень					
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
		Мальчики			Девочки		
скорость	Бег 30 м с высокого старта, с	5,6 и менее	6,7 – 5,7	6,8 и более	5,8 и менее	6,9 – 6,0	7,0 и более
координация движений	Челночный бег 3*10м, с	9,2 и менее	9,3 – 9,9	10,0 и более	9,6 и менее	9,7 – 10,3	10,4 и более
скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	161 и более	140 – 160	менее 140	151 и более	135 – 150	134 и менее
гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	6 и более	3 - 5	2 и менее	9 и более	5 -8	4 и менее
сила	Подтягивание - на высокой перекладине из виса (мальчики) - на низкой перекладине из виса лежа (девочки)	5 и более	3- 4	1 и менее	12 и более	7 - 11	6 и менее
выносливость	6-минутный бег, м	Более 1000	850- 1000	менее 790	910 и более	700- 900	менее 700

*Тестирования проводятся в начале и в конце учебного года в рамках урока с целью выявления динамики физического развития учащихся

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

3 класс (68ч – 2ч в неделю)

• Легкая атлетика (20ч.)

Техника безопасности на занятиях. Ходьба обычная, коротким и длинным шагом. Сочетание различных видов ходьбы и бега. Ходьба и бег с преодолением препятствий по разметкам. Бег с высокого старта. Понятие «длинная дистанция». Метание малого мяча на дальность и на заданное расстояние. Метание малого мяча на точность в вертикальную и горизонтальную цель. Броски набивного мяча от груди и способом «снизу». Бег с изменением направления движения по ориентирам. Челночный бег 3*10м. Равномерный бег до 4 минут. Эстафеты «Вызов номеров». Прыжки на одной и двух ногах. Прыжки в длину с места. Прыжки через препятствия на месте и с продвижением вперед. Прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки на заданную длину 60-110 см. по ориентирам. Прыжки с высоты с разворотом в воздухе и приземлением в заданный квадрат. Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Передача эстафетной палочки, эстафетный бег. Линейные эстафеты и упражнения. Равномерный бег до 4 минут. Бег из разных исходных положений с ускорением. Равномерный бег до 5 минут.

Планируемые результаты: уметь описать и выполнить технику метания, беговых и прыжковых упражнений; применять легкоатлетические упражнения для развития физических качеств; взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения упражнений; соблюдать правила и

технику безопасности при выполнении упражнений; выполнять технику беговых, прыжковых, метательных упражнений; анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

Воспитательный аспект: воспитание этических чувств, доброжелательности, эмоционально–нравственной отзывчивости, личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование сознательного отношения к физическим упражнениям.

- **Гимнастика с основами акробатики (20ч.)**

Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Ступающий и скользящий шаг на лыжах. Попеременный двухшажный ход. Торможение плугом. Подвижная игра «Подними предмет». Подъем на склон «лесенкой» и спуск под уклон. Игра «Проехать через ворота». Передвижение на лыжах змейкой. Подвижная игра на лыжах «Накаты». Передвижение на лыжах с равномерной скоростью до 1 км. Повороты переступанием на лыжах и обгон. Прохождение дистанции до 2 км.

Планируемые результаты: осваивают и описывают технику упражнений; выполняют акробатические и гимнастические упражнения, соблюдая правила безопасности; характеризуют признаки техничного исполнения упражнений; анализируют и находят ошибки, эффективно их исправляют; составляют комбинации из разученных упражнений. Выполняют строевые приемы.

Воспитательный аспект: воспитание дисциплинированности, дружбы, активности, интереса к занятиям физическими упражнениями; формирование понимания и умения соблюдать нормы и правила поведения; формирование навыков сотрудничества со сверстниками.

- **Лыжная подготовка * (8ч.)**

Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Ступающий и скользящий шаг на лыжах. Попеременный двухшажный ход. Торможение «плугом». Подвижная игра «Подними предмет». Подъем на склон «лесенкой» и спуск под уклон. Игра «Проехать через ворота». Передвижение на лыжах змейкой. Подвижная игра на лыжах «Накаты». Передвижение на лыжах с равномерной скоростью до 1 км. Повороты переступанием на лыжах и обгон. Прохождение дистанции до 2 км.

*При неблагоприятных погодных условиях для занятий лыжной подготовкой выполняется кроссовая подготовка и общеразвивающие упражнения с элементами лыжной техники.

Планируемые результаты: применяют передвижение на лыжах для развития физических способностей; контролируют скорость бега на лыжах по частоте сердечных сокращений; умеют описывать технику выполнения элементов; применяют правила подбора одежды для занятий.

Воспитательный аспект: воспитание доброжелательности, самостоятельности, личной ответственности, эмоционально-нравственной отзывчивости, волевых черт личности; развитие навыков сотрудничества.

- **Подвижные и спортивные игры**

Эстафеты с прыжками «Вызов по номерам». Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Пятнашки с освобождением». Основная стойка и передвижения игрока. Передачи и ловли мяча на месте в парах. Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу». Игровые упражнения с приемом и передачей мяча. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение мяча в движении змейкой. Эстафеты с мячами. Броски мяча в цель с места. Эстафеты с мячом. Подбрасывание и подача мяча. Подвижная игра «Быстро и точно». Остановка футбольного мяча, удар по неподвижному мячу. Ведение футбольного мяча змейкой. Удар "щечкой" по катящемуся мячу. Удары по воротам. Прием и передачи мяча в тройках и в кругу. Подвижная игра «Точная передача». Варианты игры в футбол. Игровые упражнения с

мячом. Подвижные игры «Перестрелка», «Пустое место», «Горячая линия», «Космонавты», «Белые медведи», «Бездомный заяц», «Ловишки», «Удочка», «Точная передача», «Подвижная цель», «Вызови по имени», «Вышибалы через сетку», «Мяч капитану», «Охотники и утки», «Брось-поймай», «Снайперы», «Хвостики».

Планируемые результаты: взаимодействуют со сверстниками во время игры, соблюдают правила игры и правила безопасности; осуществляют закрепление и совершенствование легкоатлетических навыков; закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча; развивают способность к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве; организуют и проводят со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований.

Воспитательный аспект: формирование навыков сотрудничества со сверстниками в различных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, принятия и освоения социальной роли обучающегося.

- **Знания о физической культуре (в процессе урока)**

Организационно-методических требования занятий физической культурой. Физическая культура как система регулярных занятий физическими упражнениями, выполнение закаливающих процедур, использование естественных сил природы. Связь физической культуры с укреплением здоровья (физического, социального, психического) и влияние на развитие человека.

Планируемые результаты: знать и излагать основные факты истории развития физической культуры, характеризовать ее значение в жизнедеятельности человека; получают представление о работе органов и систем организма во время занятий; представляют физическую культуру как средство укрепления здоровья; стремятся повышать уровень самостоятельности.

Воспитательный аспект: формирование адекватной мотивации учебной деятельности и осознание личностного смысла; формирование понимания значения занятий физической культурой для поддержания хорошего здоровья для успешной учебы и социализации в обществе.

Промежуточная аттестация образовательных результатов осуществляется по итогам учебного года.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3 А КЛАСС

№	дата		Тема урока
	план	факт	
Легкая атлетика (20ч.)			
1	01.09		Техника безопасности на занятиях. Ходьба обычная, коротким и длинным шагом.
2	06.09		Сочетание различных видов ходьбы и бега.
3	08.09		Ходьба и бег с преодолением препятствий по разметкам.
4	13.09		Бег с высокого старта. Понятие «длинная дистанция».
5	15.09		Метание малого мяча на дальность и на заданное расстояние.
6	20.09		Метание малого мяча на точность в вертикальную и горизонтальную цель.
7	22.09		Броски набивного мяча от груди и способом «снизу».
8	27.09		Бег с изменением направления движения по ориентирам. Челночный бег 3*10м.
9	29.09		Равномерный бег до 4 минут. Эстафеты «Вызов номеров».
10	04.10		Прыжки на одной и двух ногах. Прыжки в длину с места.
11	06.10		Прыжки через препятствия на месте и с продвижением вперед.
12	11.10		Прыжки с доставанием подвешенных предметов.
13	13.10		Прыжки на заданную длину 60-110 см. по ориентирам.
14	18.10		Прыжки с высоты с разворотом в воздухе и приземлением в заданный квадрат.
15	20.10		Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа.
16	25.10		Передача эстафетной палочки, эстафетный бег.
17	27.10		Линейные эстафеты и упражнения.
18	08.11		Равномерный бег до 4 минут.
19	10.11		Бег из разных исходных положений с ускорением.
20	15.11		Равномерный бег до 5 минут.
Гимнастика с основами акробатики (20ч.)			
21	17.11		Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. Строевые упражнения.
22	22.11		Техника безопасности на занятиях. Перестроения.
23	24.11		Группировки, перекаты.
24	29.11		Кувырок вперед. Стойка на лопатках, мост.
25	01.12		Кувырок вперед с разбега. Акробатическая комбинация.
26	06.12		Лазание по наклонной скамейке.

27	08.12		Ходьба по гимнастическому бревну приставными шагами и с поворотами.
28	13.12		Прыжки через скакалку на месте и в движении.
29	15.12		Упражнения на гимнастическом бревне.
30	20.12		Лазание по гимнастической стенке.
31	22.12		Вис прогнувшись на гимнастической стенке, подтягивания в висе.
32	27.12		Вис на согнутых руках, поднимание ног в висе.
33	29.12		Вис завесом на перекладине.
34	30.12		Упражнения с обручем. Танцевальные упражнения.
35	10.01		Упражнения с обручем. Танцевальные упражнения.
36	12.01		Вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук.
37	17.01		Общеразвивающие упражнения без предметов. Опорные прыжки.
38	19.01		Общеразвивающие упражнения с мячом. Опорные прыжки.
39	24.01		Различные виды перелезаний.
40	26.01		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, пролезанья.
Лыжная подготовка (8ч.)			
41	31.01		Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Ступающий и скользящий шаг на лыжах.
42	02.02		Попеременный двухшажный ход.
43	07.02		Торможение плугом. Подвижная игра «Подними предмет».
44	09.02		Подъем на склон «лесенкой» и спуск под уклон. Игра «Проехать через ворота».
45	14.02		Передвижение на лыжах змейкой. Подвижная игра на лыжах «Накаты»
46	16.02		Передвижение на лыжах с равномерной скоростью до 1 км.
47	21.02		Повороты переступанием на лыжах и обгон.
48	28.02		Прохождение дистанции до 2 км.
Подвижные и спортивные игры (20ч.)			
49	02.03		Эстафеты с прыжками «Вызов по номерам»
50	07.03		Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки»
51	09.03		Подвижная игра «Пятнашки с освобождением»
52	14.03		Основная стойка и передвижения игрока.
53	23.03		Передачи и ловли мяча на месте в парах.
54	28.03		Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу»
55	30.03		Игровые упражнения с ловлей и передачей мяча.

56	04.04		Ведение мяча на месте и в движении.
57	06.04		Ведение мяча в движении змейкой.
58	11.04		Эстафеты с мячами.
59	13.04		Броски мяча в цель с места. Эстафеты с мячом.
60	18.04		Подбрасывание и подача мяча. Подвижная игра «Быстро и точно»
61	20.04		Передачи мяча через сетку в парах.
62	25.04		Остановка футбольного мяча, удар по неподвижному мячу.
63	27.04		Ведение футбольного мяча змейкой. Удары по воротам.
64	04.05		Удар "щечкой" по катящемуся мячу. Удары по воротам.
65	11.05		Прием и передачи мяча в тройках и в кругу.
66	16.05		Подвижная игра «Точная передача».
67	18.05		Варианты игры в футбол.
68	23.05		Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Перестрелка».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3Б КЛАСС

№	дата		Тема урока
	план	факт	
Легкая атлетика (20ч.)			
1	02.09		Техника безопасности на занятиях. Ходьба обычная, коротким и длинным шагом.
2	06.09		Сочетание различных видов ходьбы и бега.
3	09.09		Ходьба и бег с преодолением препятствий по разметкам.
4	13.09		Бег с высокого старта. Понятие «длинная дистанция».
5	16.09		Метание малого мяча на дальность и на заданное расстояние.
6	20.09		Метание малого мяча на точность в вертикальную и горизонтальную цель.
7	23.09		Броски набивного мяча от груди и способом «снизу».
8	27.09		Бег с изменением направления движения по ориентирам. Челночный бег 3*10м.
9	30.09		Равномерный бег до 4 минут. Эстафеты «Вызов номеров».
10	04.10		Прыжки на одной и двух ногах. Прыжки в длину с места.
11	07.10		Прыжки через препятствия на месте и с продвижением вперед.
12	11.10		Прыжки с доставанием подвешенных предметов.
13	14.10		Прыжки на заданную длину 60-110 см. по ориентирам.
14	18.10		Прыжки с высоты с разворотом в воздухе и приземлением в заданный квадрат.
15	21.10		Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа.
16	25.10		Передача эстафетной палочки, эстафетный бег.
17	28.10		Линейные эстафеты и упражнения.
18	08.11		Равномерный бег до 5 минут.
19	11.11		Бег из разных исходных положений с ускорением.
20	15.11		Равномерный бег до 6 минут.
Гимнастика с основами акробатики (20ч.)			
21	18.11		Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. Строевые упражнения.
22	22.11		Техника безопасности на занятиях. Перестроения.
23	25.11		Группировки, перекаты.
24	29.11		Кувырок вперед. Стойка на лопатках, мост.
25	02.12		Кувырок вперед с разбега. Акробатическая комбинация.
26	06.12		Лазание по наклонной скамейке.

27	09.12		Ходьба по гимнастическому бревну приставными шагами и с поворотами.
28	13.12		Прыжки через скакалку на месте и в движении.
29	16.12		Упражнения на гимнастическом бревне.
30	20.12		Лазание по гимнастической стенке.
31	23.12		Вис прогнувшись на гимнастической стенке, подтягивания в висе.
32	27.12		Вис на согнутых руках, поднимание ног в висе.
33	30.12		Вис завесом на перекладине.
34	10.01		Упражнения с обручем. Танцевальные упражнения.
35	13.01		Упражнения с обручем. Танцевальные упражнения.
36	17.01		Вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук.
37	20.01		Общеразвивающие упражнения без предметов. Опорные прыжки.
38	24.01		Общеразвивающие упражнения с мячом. Опорные прыжки.
39	27.01		Различные виды перелезаний.
40	30.01		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, пролезанья.
Лыжная подготовка (8ч.)			
41	03.02		Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Ступающий и скользящий шаг на лыжах.
42	07.02		Попеременный двухшажный ход.
43	10.02		Торможение плугом. Подвижная игра «Подними предмет».
44	14.02		Подъем на склон «лесенкой» и спуск под уклон. Игра «Проехать через ворота».
45	17.02		Передвижение на лыжах змейкой. Подвижная игра на лыжах «Накаты»
46	21.02		Передвижение на лыжах с равномерной скоростью до 1 км.
47	24.02		Повороты переступанием на лыжах и обгон.
48	28.02		Прохождение дистанции до 2 км.
Подвижные и спортивные игры (20ч.)			
49	03.03		Эстафеты с прыжками «Вызов по номерам»
50	07.03		Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки»
51	10.03		Подвижная игра «Пятнашки с освобождением»
52	14.03		Основная стойка и передвижения игрока.
53	24.03		Передачи и ловли мяча на месте в парах.
54	28.03		Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу»
55	31.03		Игровые упражнения с ловлей и передачей мяча.

56	04.04		Ведение мяча на месте и в движении.
57	07.04		Ведение мяча в движении змейкой.
58	11.04		Эстафеты с мячами.
59	14.04		Броски мяча в цель с места. Эстафеты с мячом.
60	18.04		Подбрасывание и подача мяча. Подвижная игра «Быстро и точно»
61	21.04		Передачи мяча через сетку в парах.
62	25.04		Остановка футбольного мяча, удар по неподвижному мячу.
63	28.04		Ведение футбольного мяча змейкой. Удары по воротам.
64	05.05		Удар "щечкой" по катящемуся мячу. Удары по воротам.
65	12.05		Прием и передачи мяча в тройках и в кругу.
66	16.05		Подвижная игра «Точная передача».
67	19.05		Варианты игры в футбол.
68	23.05		Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Перестрелка».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3В КЛАСС

№	дата		Тема урока
	план	факт	
Легкая атлетика (20ч.)			
1	02.09		Техника безопасности на занятиях. Ходьба обычная, коротким и длинным шагом.
2	07.09		Сочетание различных видов ходьбы и бега.
3	09.09		Ходьба и бег с преодолением препятствий по разметкам.
4	14.09		Бег с высокого старта. Понятие «длинная дистанция».
5	16.09		Метание малого мяча на дальность и на заданное расстояние.
6	21.09		Метание малого мяча на точность в вертикальную и горизонтальную цель.
7	23.09		Броски набивного мяча от груди и способом «снизу».
8	28.09		Бег с изменением направления движения по ориентирам. Челночный бег 3*10м.
9	30.09		Равномерный бег до 4 минут. Эстафеты «Вызов номеров».
10	05.10		Прыжки на одной и двух ногах. Прыжки в длину с места.
11	07.10		Прыжки через препятствия на месте и с продвижением вперед.
12	12.10		Прыжки с доставанием подвешенных предметов.
13	14.10		Прыжки на заданную длину 60-110 см. по ориентирам.
14	19.10		Прыжки с высоты с разворотом в воздухе и приземлением в заданный квадрат.
15	21.10		Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа.
16	26.10		Передача эстафетной палочки, эстафетный бег.
17	28.10		Линейные эстафеты и упражнения.
18	09.11		Равномерный бег до 5 минут.
19	11.11		Бег из разных исходных положений с ускорением.
20	16.11		Равномерный бег до 6 минут.
Гимнастика с основами акробатики (20ч.)			
21	18.11		Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. Строевые упражнения.
22	23.11		Техника безопасности на занятиях. Перестроения.
23	25.11		Группировки, перекаты.
24	30.11		Кувырок вперед. Стойка на лопатках, мост.
25	02.12		Кувырок вперед с разбега. Акробатическая комбинация.
26	07.12		Лазание по наклонной скамейке.

27	09.12		Ходьба по гимнастическому бревну приставными шагами и с поворотами.
28	14.12		Прыжки через скакалку на месте и в движении.
29	16.12		Упражнения на гимнастическом бревне.
30	21.12		Лазание по гимнастической стенке.
31	23.12		Вис прогнувшись на гимнастической стенке, подтягивания в висе.
32	28.12		Вис на согнутых руках, поднимание ног в висе.
33	11.01		Вис завесом на перекладине.
34	13.01		Упражнения с обручем. Танцевальные упражнения.
35	18.01		Упражнения с обручем. Танцевальные упражнения.
36	20.01		Вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук.
37	25.01		Общеразвивающие упражнения без предметов. Опорные прыжки.
38	27.01		Общеразвивающие упражнения с мячом. Опорные прыжки.
39	01.02		Различные виды перелезаний.
40	03.02		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, пролезанья.
Лыжная подготовка (8ч.)			
41	08.02		Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Ступающий и скользящий шаг на лыжах.
42	10.02		Попеременный двухшажный ход.
43	15.02		Торможение плугом. Подвижная игра «Подними предмет».
44	17.02		Подъем на склон «лесенкой» и спуск под уклон. Игра «Проехать через ворота».
45	22.02		Передвижение на лыжах змейкой. Подвижная игра на лыжах «Накаты»
46	24.02		Передвижение на лыжах с равномерной скоростью до 1 км.
47	01.03		Повороты переступанием на лыжах и обгон.
48	03.03		Прохождение дистанции до 2 км.
Подвижные и спортивные игры (20ч.)			
49	10.03		Эстафеты с прыжками «Вызов по номерам»
50	22.03		Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки»
51	24.03		Подвижная игра «Пятнашки с освобождением»
52	29.03		Основная стойка и передвижения игрока.
53	31.03		Передачи и ловли мяча на месте в парах.
54	05.04		Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу»
55	07.04		Игровые упражнения с ловлей и передачей мяча.

56	12.04		Ведение мяча на месте и в движении.
57	14.04		Ведение мяча в движении змейкой.
58	19.04		Эстафеты с мячами.
59	21.04		Броски мяча в цель с места. Эстафеты с мячом.
60	26.04		Подбрасывание и подача мяча. Подвижная игра «Быстро и точно»
61	28.04		Передачи мяча через сетку в парах.
62	03.05		Остановка футбольного мяча, удар по неподвижному мячу.
63	05.05		Ведение футбольного мяча змейкой. Удары по воротам.
64	10.05		Удар "щечкой" по катящемуся мячу. Удары по воротам.
65	12.05		Прием и передачи мяча в тройках и в кругу.
66	17.05		Подвижная игра «Точная передача».
67	19.05		Варианты игры в футбол.
68	23.05		Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Перестрелка».