

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа № 29  
города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области

**РАССМОТРЕНО**

на заседании методического объединения  
учителей начальных классов  
Протокол № 1 от «29» августа 2018 г.

**ПРОВЕРИЛ**

«30» августа 2018 г.

и.о. заместителя директора по УВР

  
А.В.Капустина

**УТВЕРЖДЕНО**

к использованию

в образовательном процессе

Директор БСОУ СОШ № 29 г. Сызрани

Шапошникова

Приказ от «30» августа 2018 г. № 166



**Рабочая программа индивидуального обучения  
по предмету "Физическая культура"**

**Класс: 4**

**Рабочая программа разработана на основе:** Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования; авторской образовательной программы по физической культуре, автор Лях В.И. «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» М.: Просвещение, 2016.

**Рабочая программа рассчитана на 0,5 часа в неделю.**

Рабочую программу составил: Капустина А.В., учитель начальных классов

## I. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В 4 классе обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ),- с нарушением психофизического развития, нуждающиеся в специальном (коррекционном) обучении и воспитании. Физическая культура(адаптивная) способствует улучшению здоровья и физического развития учащихся, направлена на достижение максимального эффекта в реализации имеющихся у ребёнка возможностей в соответствии с психофизиологическими особенностями возраста и с учётом индивидуального развития ребёнка.

<b>Обучающиеся смогут (научаться) научиться</b>	<b>Обучающиеся получают возможность научиться (повышенный уровень)</b>
<p><b><u>Личностные результаты</u></b> в области физической культуры, <b>обучающиеся научаться:</b> проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать помощь своим сверстникам и уважение к ним.</p> <p><b><u>Метапредметные результаты</u></b> в области физической культуры, <b>обучающиеся научаться:</b> обнаруживать ошибки при выполнении учебных заданий и способы их исправления; общаться и взаимодействовать со сверстниками; обеспечивать защиту и сохранность природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др.;</p>	<p><b><u>Личностные результаты</u></b> в области физической культуры, <b>обучающиеся получают возможность научиться:</b> развивать мотивы учебной деятельности; обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания на самостоятельных занятиях физической культурой; развивать самостоятельность при принятии собственных решений; соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание; формировать положительное отношение к занятиям физкультурной деятельностью; проявлять осознанную дисциплинированность и готовность</p>

заниматься физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

**Предметные результаты** в области физической культуры, **обучающиеся научатся:** организовывать отдых и досуг средствами физической культуры; излагать факты истории физической культуры; измерять показатели физического развития (рост, вес, масса тела); бережно обращаться с оборудованием и инвентарем.

отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

**Метапредметные результаты** в области физической культуры-**обучающиеся получают возможность научиться:** обнаруживать ошибки при выполнении учебных заданий, анализировать их и объективно оценивать результаты собственного труда; осуществлять поиск новых возможностей и способов их применения; формулировать собственное мнение и позицию, использовать речь для регуляции своего действия; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности; выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок; обнаруживать ошибки при выполнении учебных заданий, анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда; осуществлять поиск новых возможностей и способов их применения; управлять эмоциями при общении со сверстниками и педагогом; конструктивно решать конфликты посредством

учёта интересов сторон и сотрудничества.

**Предметные результаты** в области физической культуры-  
**обучающиеся получают возможность научиться:**  
регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;  
проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей;  
отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности.

## II.Содержание учебного предмета «Физическая культура»

Распределение учебного времени на прохождение базовой части программного материала по физической культуре в 4-г классе составлено в соответствии с «Комплексной программой физического воспитания учащихся 1-11 классов», автор Лях В.И. Вариативный компонент включает в себя программный материал по подвижным играм- пионербол (подготовка по плаванию заменяется подвижными играми). Обучающиеся в образовательном процессе знакомятся с нормами и требованиями сдачи комплекса ГТО.

№ п/п	Название раздела	Краткая характеристика содержания раздела	Количество часов, отводимых на освоение раздела
1	Основы знаний о физической культуре	Естественные основы,социально-психологические основы, приёмы закаливания,способы саморегуляции, способы самоконтроля	В процессе уроков
2	Подвижные игры	На закрепление и совершенствование навыков бега,навыков в прыжках, на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность;способности к ориентированию в пространстве,развитие скоростных способностей,скоростно-силовых способностей,развитие способностей к дифференцированию параметров	2ч.

		движений, ориентирование в пространстве.	
3	Гимнастика с основами(элементами) акробатики	Простейшие виды построений и перестроений, общеразвивающие упражнения без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазанье и перелезании, в равновесии, несложные акробатические и танцевальные упражнения и упражнения на гимнастических снарядах.	12 ч.
4	Лёгкая атлетика	Легкоатлетические упражнения: бег, прыжки, метания.	3ч.

### III. Тематическое планирование с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы

\*-Виды деятельности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (коррекционные задачи).

№ урока	Название темы	Очные	Самостоятельная работа	Дата
1	<i>Лёгкая атлетика</i> (3 ч.) <b>Вводный инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры. Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в лёгкой атлетике</b>		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Осваивают технику легкоатлетических упражнений. <b>Проявляют качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений.</b> *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют	

			посильные двигательные задачи.	
2	Техника выполнения прыжков Техника безопасности.	+	бега*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
3	Развитие скоростных способностей		Осваивают технику спринтерского бега*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
4	Освоение навыков ходьбы и бега.		Осваивают технику спринтерского бега*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
5	Развитие скоростных способностей		Осваивают технику спринтерского бега*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
6	Освоение навыков ходьбы и бега.		Осваивают технику бега на средние дистанции*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
7	Развитие скоростных способностей		Осваивают технику бега на средние дистанции*Включаются в учебную	

			работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
8	Освоение навыков ходьбы и бега.		Осваивают технику бега на средние дистанции*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
9	Понятия: эстафета, команды "старт", "финиш".		Осваивают технику бега на средние дистанции*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
10	Развитие координационных и скоростных способностей		Проявляют качества быстроты и выносливости при выполнении легкоатлетических упражнений.*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
11	Освоение навыков прыжков в длину с места.		Проявляют качества быстроты и выносливости при выполнении легкоатлетических упражнений.*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	



12	Отработка навыков бега	+	Осваивают технику прыжка в длину с места.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
13	Метание теннисного мяча с места на дальность		Осваивают технику прыжка в длину с места. *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
14	Развитие выносливости. Бег до 6 мин.		Осваивают технику челночного бега.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
15	Техника бега с ускорением прыжки в длину с места	+	Осваивают технику челночного бега *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
16	<b><i>Подвижные игры,подвижные игры с элементами волейбола, баскетбола, streetball-стритбола ( 2ч.)</i></b> <b>Инструктаж по технике безопасности и мерам</b>		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении упражнений в спортивных и подвижных играх. Осваивают технику приёмов игры в баскетболе,стритболе. *Включаются в учебную работу,развивают	

	<b>предупреждения травматизма в подвижных и спортивных играх</b>		глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
17	Обучение технике ловли мяча в движении, развитие скоростных способностей.	+	Проявляют качества быстроты.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
18	Совершенствование техники метания мяча в цель, ведение мяча	+	Проявляют качества быстроты.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
19	Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков бега		Проявляют качества быстроты.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
20	Подвижные игры на закрепление и совершенствование навыков бега		Проявляют качества быстроты.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
21	Игра в футбол по упрощённым правилам		Проявляют качества быстроты.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность	

			движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
22	Игра в футбол по упрощённым правилам		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении упражнений в спортивных и подвижных играх. Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
23	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
24	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
25	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
26	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную	

			работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
27	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
28	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
29	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
30	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
31	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность	

			движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
32	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
33	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
34	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
35	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
36	Игра в Пионербол		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	

37	<b>Гимнастика с основами акробатики (12час)</b> <b>Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в гимнастике с основами(элементами) акробатики.</b>		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
38	Развитие гибкости кувырки вперед, назад, перекаты	+	Осваивают организующие команды и строевые приёмы.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
39	Организующие команды и строевые приёмы. Упражнения общеразвивающей направленности		Осваивают организующие команды и строевые приёмы.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
40	Освоение висов и упоров		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
41	Освоение висов и упоров		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики *Включаются в	

			учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
42	Акробатические упражнения развитие статического и динамического равновесия	+	Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
43	Упражнение в равновесие, прыжок в длину с места	+	Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
44	Группировка. Перекаты в группировке		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
45	Кувырок вперёд		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	

46	Кувырок назад и перекатом стойка на лопатках		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
47	Мост с помощью и самостоятельно		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
48	Освоение навыков в опорных прыжках		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
49	Вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
50	Вскок в упор стоя на		Осваивают технические элементы в	



	коленях и соскок взмахом рук		гимнастике с элементами акробатики. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
51	Вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
52	Освоение вольных упражнений		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
53	<b>Повторный инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма на уроках физической культуры</b>		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
54	Освоение вольных упражнений		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами	

			акробатики.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
55	Освоение навыков равновесия		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
56	Ходьба по гимнастической скамейке		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
57	Освоение строевых упражнений		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
58	<b><i>Лыжная подготовка (12 часов)</i></b> <b>Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в лыжной</b>		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении упражнений в лыжной подготовке. Осваивают технику способов передвижения на лыжах. Проявляют качества быстроты и выносливости	

	<b>подготовке</b>		в лыжной подготовке.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
59	Совершенствование техники передвижения на лыжах.	+	Осваивают технику способов передвижения на лыжах.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
60	Одновременный одношажный ход		Осваивают технику способов передвижения на лыжах.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
61	Одновременный одношажный ход		Осваивают технику способов передвижения на лыжах.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
62	Попеременный двухшажный ход		Осваивают технику способов передвижения на лыжах.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют	

			посильные двигательные задачи.	
63	Попеременный двухшажный ход		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
64	Спуски с пологих склонов		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
65	Техника скольжения без палок.	+	Осваивают технику способов передвижения на лыжах. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
66	Торможение "Плугом" и упором		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
67	Торможение "Плугом" и упором		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	

68	Освоение техники способов передвижения на лыжах		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
69	Закрепление техники подъема и спуска торможение	+	Осваивают технику способов передвижения на лыжах. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
70	<b><i>Подвижные игры, подвижные игры с элементами волейбола, баскетбола, streetball-стритбола ( 21 часов)</i></b> <b>Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в подвижных и спортивных играх</b>		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
71	Равномерный бег, беговые эстафеты ОРУ	+	Осваивают технику способов передвижения на лыжах. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
72	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Осваивают технику способов передвижения на лыжах.	

			*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
73	Водный. Совершенствование техники упражнений с мячом	+	Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе).*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
74	Развитие координации движений.Прыжок в высоту с прямого разбега.	+	Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе)*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
75	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе)*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
76	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе). *Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
77	Подвижные игры с		Осваивают технические приёмы	

	элементами спортивных игр		игры в баскетболе(стритболе). *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
78	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе). *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
79	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
80	Отработка навыков разбега и отталкивания в прыжках в длину. Урок подвижных игр.	+	Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
81	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	

82	Подвижные игры с элементами спортивных игр		* Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
83	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
84	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
85	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
86	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
87	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в	



			учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
88	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
89	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
90	Подвижные игры с элементами спортивных игр		Выполняют командно-тактические действия в игре. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
91	<b><i>Лёгкая атлетика (12 часов)</i></b> <b>Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в лёгкой атлетике</b>		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
92	Совершенствование навыков бега. Эстафеты		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. *Включаются в учебную	

			работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
93	Совершенствование навыков бега. Эстафеты		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
94	Совершенствование навыков бега. Эстафеты		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
95	Совершенствование навыков бега. Эстафеты		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
96	Совершенствование навыков бега. Эстафеты		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. *Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
97	Совершенствование навыков бега. Эстафеты		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических	

			упражнениях.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
98	Упражнения на сохранение равновесия	+	Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	+
99	Совершенствование навыков бега.Эстафеты		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
100	Совершенствование навыков бега.Эстафеты		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	
101	Совершенствование навыков бега.Эстафеты		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют	

			посильные двигательные задачи.	
102	ОРУ подвижные игры, эстафеты.	+	Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях.*Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.	