

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» в 4 классе



Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления, действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную физкультурную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- обосновывать эстетические признаки в двигательных действиях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять спортивно-оздоровительные и физкультурно-оздоровительные двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- измерять индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техническом уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В результате обучения, обучающиеся 4 класса на уровне начального общего образования:

- начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности, военной практики;
- начнут осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;
- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур.

Обучающиеся:

- освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- научатся составлять комплексы оздоровительных и общеразвивающих упражнений, использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование;
- освоят правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- научатся наблюдать за изменением собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств; оценивать величину физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений;
- научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;

- приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека: бегать и прыгать различными способами; метать и бросать мячи; лазать и перелезать через препятствия; выполнять акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации; передвигаться на лыжах; будут демонстрировать постоянный прирост показателей развития основных физических качеств;
- освоят навыки организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол; в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия.

Знания о физической культуре

Обучающийся научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Обучающийся получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Обучающийся научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Обучающийся получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Обучающийся научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брус, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке, нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
- выполнять передвижения на лыжах.

2. Содержание учебного предмета

В программе имеется три раздела: 1) Знания о физической культуре, 2) Способы двигательной (физкультурной) деятельности; 3) Физическое совершенствование, которые описывают содержание основных форм физической культуры в 1-4 классах, составляющих целостную систему физического воспитания в общеобразовательной школе. Каждый раздел состоит из четырех взаимосвязанных частей: уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня, внеклассная работа, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия. Предваряют этот материал задачи физического воспитания и показатели физической культуры учащихся начальной школы.

Основные виды программного материала:

- Основы знаний о физической культуре.
- Легкая атлетика, легкоатлетические упражнения.
- Гимнастика с элементами акробатики.
- Лыжная подготовка.
- Спортивные игры.

При преподавании уроков физической культуры используются следующие типы уроков: уроки ознакомления (О), разучивания (Р), закрепления (З), контроля на технику (Кт), контроля на результат (Кр), совершенствования (С).

По способу организации учащихся: фронтальный, групповой, посменный, станционно-круговой, поточно-круговой, индивидуальный, смешанный.

Формы уроков физической культуры: урок-соревнование, урок-путешествие, урок-игра, нетрадиционные уроки, интегрированные уроки и др.

Уровень двигательной подготовленности обучающихся 7-10 лет

Физические способности	Контрольные упражнения (тест)	Возраст	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Скоростные	Бег 30 м, с	7 8	7,5 и выше	7,3-6,2 7,0-6,0	5,6 и ниже	7,6 и выше	7,5-6,4 7,2-6,2	5,8 и ниже

		9 10	7,1 6,8 6,6	6,7-5,7 6,5-5,6	5,4 5,1 5,0	7,3 7,0 6,6	6,9-6,0 6,5-5,6	5,6 5,3 5,2
Координационные	Челночный бег 3x10, с	7 8 9 10	11,2 и более 10,4 10,2 9,9	10,8-10,3 10,0-9,5 9,9-9,3 9,5-9,0	9,9 и ниже 9,1 8,8 8,6	11,7 и выше 11,2 10,8 10,4	11,3-10,6 10,7-10,1 10,3-9,7 10,0-9,5	10,2 и ниже 9,7 9,3 9,1
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	7 8 9 10	100 и ниже 110 120 130	115-135 125-145 130-150 140-160	155 и выше 165 175 185	90 и ниже 100 110 120	110-130 125-140 135-150 140-155	150 и выше 155 160 170
Выносливость	6-минутный бег, м	7 8 9 10	700 и менее 750 800 850	730-900 800-950 850-1000 900-1050	1100 и выше 1150 1200 1250	500 и ниже 550 600 650	600-800 650-850 700-900 750-950	900 и выше 950 1000 1050
Гибкость	Наклон вперед, из положения стоя, см	7 8 9 10	1 и ниже 1 1 2	3-5 3-5 3-5 4-6	9 и выше 7,5 7,5 8,5	2 и ниже 2 2 3	6-9 6-9 6-9 7-10	11,5 и выше 12,5 13,0 14,0
Силовые	Подтягивание на высокой/низкой/перекладине из виса /лежа/, кол-во раз (мал./дев./)	7 8 9 10	1 1 1 1	2-3 2-3 3-4 3-4	4 и выше 4 5 5	2 3 3 4	4-8 6-10 7-11 8-13	12 14 16 18

Тематическое планирование

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)	
		Классы	
		4	
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока	
2	Легкая атлетика	30	
3	Гимнастика с элементами акробатики	21	
4	Подвижные игры с элементами баскетбола	26	
5	Лыжная подготовка	24	
6	Промежуточная аттестация	1	
Количество часов		102	

На преподавание предмета физическая культура в 2017-2018 учебном году по учебному плану отводится в 4 классе по 3 часа в неделю.

Исходя из физических и индивидуальных особенностей обучающихся, состояния материально - технической базы школы, вариативная часть программного материала распределена следующим образом:

- на легкую атлетику в 4 классе (по программе 21 час) добавлено 9 часов и составляет 30 часов;
- на гимнастику в 4 классе (по программе 18 часов) добавлено 3 часа и составляет 21 час;
- по лыжной подготовке в 4 классе (по программе 21 час) добавлено 3 часа и составляет 24 часа;
- на подвижные игры в 4 классе (по программе 18 часов) добавлено 8 часов и составляет 26 часов.

Из-за недостаточного оснащения спортивной базы школы, некоторые упражнения в разделе гимнастики заменяются, либо происходит обучение теоретическим основам (изучение теоретического материала соответствующих тем).

Изменение примерного распределения учебного времени на различные виды программного материала Комплексной программы физического воспитания составляет не более 10 %.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 4 класс

№ п/п	Тема урока	Дата проведения план	Дата проведения факт	Примечание (описание причин корректировки дат)
1	Рассказ правил поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Обучение высокому старту. Линейные эстафеты с этапом до 30м. Бег 2мин.	04.09		
2	Закрепление высокого старта. Упражнения ОРУ в движении шагом. Строевые упражнения: рапорт учителю, команды «Равняйся!», «Смирно!». Линейные эстафеты с этапом до 30м. бег 2мин.	06.09		
3	Высокий старт. Упражнения в движении шагом. Линейные эстафеты с этапом 30м. Бег 3мин.	08.09		
4	Оценивание результата в беге на 30м. Обучение прыжкам в длину с разбега. Совершенствование старта. Линейные эстафеты. Бег 3мин.	11.09		
5	Оценивание челночного бега 3x10м. Закрепление прыжков в длину с разбега. Совершенствование высокого старта. Линейная эстафета. Бег 4мин.	13.09		
6	Оценивание техники высокого старта. Обучение метанию мяча с места. Совершенствование прыжков в длину с разбега. Линейные эстафеты. Бег 4мин.	15.09		
7	Оценивание результата в беге на 60 м. совершенствование метания мяча и прыжков в длину с разбега. Круговая эстафета. Бег 5мин.	18.09		
8	Оценивание прыжков в длину и в высоту с	20.09		

	места. ОРУ прыжковые. Совершенствование метания мяча и прыжков в длину с разбега. Круговые эстафеты. Бег 5мин.			
9	Оценивание прыжков в длину с разбега. ОРУ в виде «Салок». Совершенствование метаний мяча. Круговые эстафеты. Бег 6мин.	22.09		
10	Оценивание результата в подтягивании на перекладине. Совершенствование метания мяча на дальность. Игра «Салки». Круговая эстафета. Бег 6 мин.	25.09		
11	Оценивание результата в метании мяча 150г с места. «Салки» различные варианты. Круговые эстафеты. Бег 7 мин.	27.09		
12	Оценивание результата в беге на 1000м. круговые эстафеты.	29.09		
13	Оценивание наклонов вперед сидя на полу. Разучивание ловли и передачи мяча двумя руками. ОРУ с гимнастическими скакалками. Эстафета типа «Веселых стартов».	02.10		
14	Закрепление ловли мяча двумя руками и передач от груди, снизу, сверху. Эстафеты типа «Веселых стартов».	04.10		
15	Совершенствование баскетбольных приемов. Эстафеты.	06.10		
16	Совершенствование передач мяча от груди, снизу, сверху. Эстафеты типа «Веселых стартов».	09.10		
17	Обучение ведению мяча по прямой. Совершенствование передач и ловли мяча двумя руками. Эстафеты.	11.10		
18	Закрепление ведения мяча. Совершенствование передач и ловли мяча. Эстафеты с элементами баскетбола.	13.10		
19	Оценивание передачи мяча от груди, снизу, сверху. Эстафеты типа «Веселых стартов».	16.10		
20	Совершенствование баскетбольных передач и ловли, ведения. ОРУ типа зарядки. Эстафеты.	18.10		
21	Совершенствование ловли и ведения мяча по прямой. Эстафеты.	20.10		
22	Оценивание ведения мяча по прямой. ОРУ с набивными мячами. Игра «Перестрелка».	23.10		
23-24	Совершенствование футбольных приемов. Игра «Перестрелка».	25.10, 27.10		
25-26	Проведение комплекса с набивными мячами. Футбольные передачи. Игра «Перестрелка».	08.11, 10.11		
27	Игра «Забей гол в ворота»	13.11		

28	Ознакомление с правилами безопасности на уроках гимнастики. Обучение кувырку назад в группировке. Кувырок вперед. ОРУ утренней гимнастики. Эстафеты с гимнастическими скакалками.	15.11		
29	Обучение лазанию по канату в три приема. Закрепление кувырка назад в группировке и комплекса типа утренней гимнастики. Эстафеты со скакалками.	17.11		
30	Обучение перекату назад стойку на лопатках. Закрепление лазания по канату в три приема. Совершенствование кувырка вперед. Эстафеты со скакалками.	20.11		
31	Закрепление переката назад стойки на лопатках. Совершенствование кувырка назад и лазания по канату в три приема. Эстафеты со скакалками.	22.11		
32	Обучение мосту с помощью и самостоятельно. Разучивание комплекса с гимнастическими палками. Совершенствование кувырка назад, переката назад стойки на лопатках, лазание по канату. Эстафеты со скакалками.	24.11		
33	Оценивание кувырка назад в группировке. Закрепление моста с помощью и самостоятельно. Совершенствование лазания по канату и стойке на лопатках перекатом назад. Игры с элементами акробатики.	27.11		
34	Совершенствование моста и переката назад стойку на лопатках. Игры с элементами акробатики.	29.11		
35	Оценивание переката назад стойку на лопатках. Совершенствование моста и лазания по канату в три приема. Игры с элементами акробатики.	01.12		
36	Оценивание лазание по канату в три приема. Совершенствование моста с помощью и самостоятельно. Игры с элементами акробатики.	04.12		
37	Оценивание мота с помощью или самостоятельно. Обучение опорному прыжку на козла. ОРУ с набивными мячами 1-2кг. Упражнения в равновесии на бревне. Эстафеты с набивными мячами.	06.12		
38	Закрепление опорных прыжков на козла и на стопку матов. Ходьба по бревну с выпадами, на носках прямо, боком, спиной вперед, повороты на 90 ⁰ . Висы на согнутых руках, завесом двумя ногами, согнув ноги на низкой перекладине.	08.12		

	Эстафеты с набивными мячами.			
39	Совершенствование прыжков, равновесия, висов. Эстафеты с набивными мячами.	11.12		
40	Обучение вису прогнувшись на гимнастической стенке. Совершенствование висов и упоров. Эстафеты с набивными мячами.	13.12		
41	Обучение прыжку на колени и соскоку махом рук. Закрепление вися прогнувшись. Совершенствование опорного прыжка на козла, висов и упоров. Эстафеты с гимнастическими обручами.	15.12		
42	Оценивание опорного прыжка на козла. Закрепление прыжка на колени и соскока махом рук. Совершенствование висов. Эстафеты с гимнастическими обручами.	18.12		
43	Совершенствование вися прогнувшись на гимнастической стенке, прыжка на колени и соскок махом рук. Эстафеты с гимнастическими обручами.	20.12		
44	Оценивание челночного бега 3x10м. Совершенствование вися прогнувшись, прыжка на колени. Эстафеты с гимнастическими скакалками.	22.12		
45	Оценивание подтягивания на перекладине. Совершенствование прыжков на колени и соскока махом рук. Эстафеты с гимнастическими скакалками.	25.12		
46	Оценивание прыжка на колени и соскока махом рук. Оценивание прыжка в длину и в высоту с места. Эстафеты с гимнастическими скакалками.	27.12		
47	Оценивание бега 6мин. Эстафеты с гимнастическими предметами.	29.12		
48	Оценивание наклонов вперед сидя на полу. Эстафеты с различными предметами.	10.01		
49	Правила безопасности на уроках лыжной подготовки. Разучивание преодоления ворот при спуске. Совершенствование спуска со склона в средней стойке и торможение плугом. Передвижение до 1км.	12.01		
50	Закрепление преодоления ворот при спуске. Совершенствование спусков в средней стойке и торможение плугом. Передвижение 1км.	15.01		
51	Оценивание спуска со склона в средней стойке. Совершенствование преодоления ворот при спуске и торможение плугом. Передвижение на лыжах до 1км.	17.01		
52	Оценивание торможения плугом. Совершенствование преодоления ворот	19.01		

	при спуске. Игра «Не задень». Передвижение до 1км.			
53	Разучивание попеременного двухшажного хода с палками. Совершенствование преодоления ворот при спуске. Игра «Не задень». Передвижение на лыжах до 1км.	22.01		
54	Оценивание преодоления ворот при спуске. Обучение одновременному двухшажному ходу с палками. Закрепление попеременного двухшажного хода. Игра «Не задень». Прохождение 1км.	24.01		
55	Закрепление одновременного двухшажного хода. Совершенствование попеременного двухшажного хода. Эстафеты с этапом до 50м без палок. Прохождение до 2км.	26.01		
56	Совершенствование попеременного и одновременного двухшажного хода. Эстафеты с этапом до 50м. прохождение до 2км.	29.01		
57	Совершенствование лыжных ходов. Обучение повороту переступанием в движении. Игра «Не задень». Прохождение до 2км.	31.01		
58	Оценивание попеременного двухшажного хода. Обучение подъему на склон полуелочкой. Закрепление поворотов переступанием в движении. Игра «Кто дальше» прохождение до 2км.	02.02		
59	Оценивание одновременного двухшажного хода. Закрепление подъема на склон полуелочкой. Совершенствование поворотов переступанием в движении. Игра «Кто дальше». Прохождение до 2км.	05.02		
60	Совершенствование подъемов и поворотов. Игра «Кто дальше». Прохождение до 2км.	07.02		
61	Совершенствование поворотов переступанием в движении и подъема на склон полуелочкой. Игра «Кто дальше». Прохождение до 2км.	09.02		
62	Оценивание поворота переступанием в движении. Совершенствование подъема полуелочкой. Игра «Кто дальше». Прохождение до 2км.	12.02		
63	Оценивание подъема на склон полуелочкой. Игра «Кто дальше». Передвижение до 2км.	14.02		
64	Передвижение на лыжах до 2,5км. Эстафета с этапом до 50м.	16.02		
65	Эстафета с этапом до 50 м без палок. Передвижение на лыжах 2,5км.	19.02		

66	Передвижение на лыжах до 2,5км со средней скоростью. Эстафеты.	21.02		
67	Передвижение на лыжах до 2,5км изученными ходами. Эстафеты.	26.02		
68	Передвижение на лыжах 2,5км со средней скоростью. Эстафеты.	28.02		
69	Прохождение дистанции 2,5км изученным ходом. Эстафеты.	02.03		
70	Передвижение на лыжах до 2,5км. Эстафеты с этапом до 50м.	05.03		
71	Совершенствование лыжных ходов в прохождении дистанции 2,5км. Эстафеты с этапом до 50м без палок.	07.03		
72	Оценивание результата в лыжных гонках на 1км.	09.03		
73-74	Повторение движения с мячом. Игра «Мяч в ворота».	12.03, 14.03		
75-76	Совершенствование ведение мяча. Игра «Мяч ловцу».	16.03, 19.03		
77-78	Совершенствование комплекса с гимнастическими скакалками. Игра «Совушка».	21.03, 23.03		
79	Правила поведения на уроках при выполнении бега, прыжков и метании. Обучение прыжку с бокового разбега. Челночный бег 3x10м. строевые упражнения: рапорт, повороты кругом на месте. Бег 1мин. Эстафеты.	04.04		
80	Закрепление прыжка в высоту. Повторение строевых упражнений. Челночный бег 3x10м. Эстафеты. Бег 1мин.	06.04		
81	Оценивание результата в челночном беге 3x10м. совершенствование прыжка в высоту. Эстафеты. Бег 1мин.	09.04		
82	Совершенствование прыжка в высоту с бокового разбега. Эстафеты. Бег 1мин.	11.04		
83-84	Совершенствование прыжка в высоту. Эстафеты. Бег 1мин.	13.04, 16.04		
85-86	Оценивание прыжка в высоту с бокового разбега. Эстафеты. Бег 1мин.	18.04, 20.04		
87	Бег 1000м .Эстафета.	20.04		
88	Обучение броску по кольцу снизу с 3м.	23.04		
89	Закрепление бросков с низу по кольцу.	25.04		
90	Разучивание передач в тройках с перемещением.	27.04		
91	Совершенствование ведения, передач с отскоком. Игра.	30.04		
92	Совершенствование баскетбольных приёмов. Бег 2 мин.	04.05		
93	Передача в тройках с перемещением.	07.05		

94	Промежуточная аттестация.	11.05		
95	Совершенствование прыжка с разбега. Высокий старт.	14.05		
96	Прыжок в длину с разбега. Челночный бег.	16.05		
97	Закрепление прыжка с разбега.	18..05		
98	Обучение метанию мяча с разбега.	21.05		
99	Бег.30м. с высокого старта. Закрепление метания мяча.	23.05		
100	Совершенствовать прыжки и метание мяча с разбега. Челночный бег.	25.05		
101	Совершенствование прыжков и метаний с разбега.	28.05		
102	Эстафеты баскетболиста .Подвижная игра.	30.05		