

Рабочий план на I- четверть (18 часов)

(начальная школа)

№	Содержание материала	Инвентарь, оборудование	Колич. часов	Дата провед.
1	Теоретические сведения, воспитание физических качеств.	Нестандартное оборудование, конспект.		В процессе уроков
2	Бег на короткие дистанции А) 30 метров Б) челночный бег 4 х 9 м В) 60 метров Г) эстафетный бег	Секундомер, эстафетные палочки, скакалки	5 ч	19.10.26 56.12.15 30.11.15 03.12.15 08.12.15
3	Метание малого мяча А) в цель Б) на дальность	Теннисные мячи	3 ч	19.10.26 2/ 03.11.15 11.11.15
4	Многоскоки, прыжки в длину	Измерительная лента, прыжковая яма.	3 ч	30.10.15 05.11.15 12.11.15
5	Кроссовая подготовка	Секундомер, спорт. мячи	2 ч	1.11.15 1.11.15
6	Подтягивание	Перекладина, нестандартное оборудован	1 ч	1.11.15 1.11.15
7	Подвижные игры	Скакалки, спорт. мячи	4 ч	14.11.15 3/15 15.11.15 19.11.15

Рабочий план на II - четверть (14 часов)

(начальная школа)

№	Содержание материала	Инвентарь, оборудование	Колич. часов	Дата провед
1	Теоретические сведения, воспитание физических качеств.	Нестандартное оборудование конспект		В процессе уроков
2	Подвижные игры, эстафеты	Спорт. мячи, скакалки, флажки	2 ч	14/15, 16/16
3	Лазание и перелазание по гимнастической скамейке и стенке	Гимнастич. стенка, скамейка	1 ч	17/16
4	Метание набивного мяча	Набивной мяч.	1 ч	21/16
5	Передача и ловля мяча	Баскетбольные мячи	4 ч	21, 25/16 5, 9, 10/16
6	Ведение мяча	Баскетбольные мячи	4 ч	12, 14, 19, 21/16
7	Броски мяча А) в цель Б) в кольцо	Мячи баскетбольные, теннисные	2 ч	21, 25/16

Рабочий план на III - четверть (20 часов)

(начальная школа)

№	Содержание материала	Инвентарь, оборудование	Колич. часов	Дата провед
1	Теоретические сведения, воспитание физических качеств.	Нестандартное оборудование, конспект		В процессе уроков
2	Гимнастика	Маты, гимнаст. стенка, гимнаст. скамейка, обручи	12 ч	18.11.25 20.11.25
3	Подвижные игры	Мячи, эстафет. палочки, скакалки	3 ч	18.11.25
4	Элементы спортивных игр	Баскетбольные мячи.	5 ч	18.11.25

Рабочий план на IV - четверть (16 часов)

(начальная школа)

№	Содержание материала	Инвентарь, оборудование	Колич. часов	Дата провед
1	Теоретические сведения, воспитание физических качеств.	Нестандартное оборудование, конспект.		В процессе уроков
2	Бег на короткие дистанции А) 30 метров Б) челночный бег 4 х 9 м В) 60 метров Г) эстафетный бег	Секундомер, эстафетные палочки.	4 ч	
3	Метание малого мяча, набивного мяча А) в цель Б) на дальность	Теннисные мячи , набивной мяч .	4 ч	
4	Прыжки в длину, многоскоки	Измерительная лента, прыжковая яма.	3 ч	
5	Бег на длинные дистанции	Секундомер, скакалки.	2 ч	
6	Подтягивание, подвижные игры, элементы спорт. игр	Перекладина, спорт.мячи.	1ч 2ч	