

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ ОСНОВНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 21
ГОРОДА НОВОКУЙБЫШЕВСКА ГОРОДСКОГО ОКРУГА НОВОКУЙБЫШЕВСК САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ (ГБОУ ООШ № 21
г. Новокуйбышевска)
446218, Россия, Самарская область, г. Новокуйбышевск, ул. Дзержинского, 41а,
тел. 8(8463522775) – факс 8(8463522775)

СОГЛАСОВАНО

«28» августа 2016 г.

Заместитель директор по УВР
_____ Н.В. Ильчук

Календарно-тематическое планирование

по физической культуре

8 класс

2016 – 2017 учебный год

Тематическое планирование

№ п / п	Название раздела или темы	Количество часов	Темы урока		Количество часов	Примерная дата проведения урока		Характеристика деятельности и ученика	Планируемые результаты			
			№ урока	Название		триместр	Примерная дата		Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД
1	Лёгкая атлетика Спринтерский бег, эстафетный бег	12	1	Высокий старт до 10-15м, бег с ускорением 30-40м, встречная эстафета, специальные беговые упражнения, развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ.	4	1		Уметь пробегать с Максимальной скоростью 60м с низкого старта.	Освоение техники низкого старта	использовать общие приемы решения поставленных задач	<i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	формулировать и удерживать учебную задачу
			2	Высокий старт до 10-15м, бег с ускорением 40-50м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на здоровье.		1		Уметь пробегать с Максимальной скоростью 60м с низкого старта.				
			3	Высокий старт до 10-15м, бег с ускорением 50-60м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма.		1		Уметь пробегать с Максимальной скоростью 60м с низкого старта.	Освоение техники низкого старта.	использовать общие приемы решения поставленных задач	<i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	формулировать и удерживать учебную задачу
			4	Бег на результат 60м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние		1		Уметь пробегать с Максимальной скоростью				

				легкоатлетических упражнений на различные системы организма.				60м с низкого старта.		х задач	помощью	
2	Прыжок в длину, метание малого мяча		5	Обучение отталкиванию в прыжке в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в горизонтальную цель (1x1) с 5-6м. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	3	1		Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в горизонтальную цель.	Овладеть техникой прыжка.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью;	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
	Бег на средние дистанции		6	Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в вертикальную цель (1x1) с 5-6м. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.		1		Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в горизонтальную цель.	Овладеть техникой прыжка.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью;	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
			7	Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в горизонтальную цель (1x1) с 5-6 м. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.		1		Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч с разбега	Овладеть техникой прыжка.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью;	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
			8	Бег в равномерном темпе. Бег 1000м. ОРУ. Развитие выносливости.		1		Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в горизонтальную цель.	Овладеть техникой прыжка.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью;	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
3	Кроссовая подготовка		9	Равномерный бег 10 минут. ОРУ. Подвижные игры. Развитие выносливости.	4	1		Уметь бегать в равномерном	Овладеть техникой	выбирать наиболее эффективные	задавать вопросы, обращаться за	сличать способ действия и

							темпе до 20 минут.		способы решения задач.	помощью;	его результат с заданным эталоном
			10	Равномерный бег 12 минут. Бег в гору. Преодоление препятствий. ОРУ. Спортивные игры. Развитие выносливости.		1	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 минут.	Овладеть техникой	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью;	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
			11	Равномерный бег 12 минут. Чередование бег с ходьбой. ОРУ. Подвижные игры. Развитие выносливости.		1	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 минут.	Овладеть техникой	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью;	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
			12	Равномерный бег 12 минут. ОРУ. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости.		1	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 минут.	Овладеть техникой	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью;	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
4	Гимнастика Висы. Строевые упражнения	12	13	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ без предметов на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (мальчики), смешанные висы (девочки). Развитие силовых способностей. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Инструктаж по ТБ.	4	1	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения.	Освоить подводящие упражнения	самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	слушать собеседника, формулировать свои затруднения	выбирать действия в соответствии и споставленной задачей и условиями ее реализации.
			14	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением.		1	Уметь выполнять комбинацию	Освоить подводящие	самостоятельно выделять и	слушать собеседника, формулировать	выбирать действия в соответствии

			ОРУ без предметов на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись - мальчики (М), смешанные висы - девочки (Д). Подтягивание в висе. Развитие силовых способностей.			из разученных элементов, строевые упражнения.	упражнения	формулировать познавательную цель.	свои затруднения	и поставленной задачей и условиями ее реализации.
		15	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ без предметов. Вис согнувшись, вис прогнувшись (М), смешанные висы (Д). Подтягивание в висе. Развитие силовых способностей		1	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения.	Освоить подводящие упражнения	самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	слушать собеседника, формулировать свои затруднения	выбирать действия в соответствии и поставленной задачей и условиями ее реализации.
		16	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ без предметов. Вис согнувшись, вис прогнувшись (М), смешанные висы (Д). Подтягивание в висе..		1	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения.	Освоить подводящие упражнения	самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	слушать собеседника, формулировать свои затруднения	выбирать действия в соответствии и поставленной задачей и условиями ее реализации.
5	Опорный прыжок, строевые упражнения	17	Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Развитие силовых способностей.	4	1	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Овладеть техникой прыжка.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
		18	Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Развитие силовых способностей.		1	Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Овладеть техникой прыжка.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном

			19	Перестроение из колонны по четыре в колонну по одному разведением и слиянием по восемь в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Развитие силовых способностей.		1		Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Овладеть техникой прыжка.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
			20	Перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием по восемь в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Развитие силовых способностей.		1		Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Овладеть техникой прыжка.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	задавать вопросы, обращаться за помощью	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном
6	Акробатика		21	Строевой шаг. Кувырок вперёд. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей.	4	1		Уметь выполнять кувырки вперёд.	Осваивать акробатические элементы в целом	использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.	определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	ориентироваться в разнообразии и способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.
			22	Кувырок вперед и назад. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей.		1		Уметь выполнять кувырки вперёд, назад.	Осваивать акробатические элементы в целом	использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.	определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во	ориентироваться в разнообразии и способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения

										взаимодействи	в план действия.	
			23	Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей.		1		Уметь выполнять кувырки, стойку на лопатках.	Осваивать акробатические элементы в целом	использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.	определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.
			24	Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей.		1		Уметь выполнять кувырки, стойку на лопатках.	Осваивать акробатические элементы в целом	использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.	определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.
7	Спортивные игры Баскетбол	16	25	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Правила ТБ при игре в баскетбол.	16	1		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом.
			26	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра		1		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам,	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного	применять правила подбора одежды для занятий

				в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола				выполнять правильно технические действия.			освоения технический действий	баскетболом .
			27	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.		1		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
			28	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий.		1		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
			29	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в движении шагом. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		1		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
			30	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини-		1		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .

			баскетбол.			технические действия.			действий	
		31	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.	2		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
		32	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.	2		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
		33	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	2		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
		34	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	2		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .

			35	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		2		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
			36	Ведение мяча ведущей и неведущей руками по прямой. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра		2		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
			37	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.		2		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
			38	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		2		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом .
			39	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и		2		Уметь играть в	Описывать технику	моделировать технику	взаимодействовать со	применять правила

				выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча с места. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.				баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	игровых приемов.	игровых действий и приемов.	сверстниками в процессе освоения технического действия	подбора одежды для занятий баскетболом
			40	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействие двух игроков. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.		2		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
8	Спортивные игры Волейбол	12	41	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.		2		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения технического действия волейбола.	уважительно относиться к партнеру.
			42	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.		2		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения технического действия волейбола	уважительно относиться к партнеру.
			43	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками		2		Уметь играть в волейбол по упрощенным	Описывать технику игровых действий и	моделировать технику игровых действий и	взаимодействовать со сверстниками в процессе	уважительно относиться к партнеру.

				сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.				правилам, выполнять правильно технические действия.	приемов волейбола	приемов	совместного освоения технического действий волейбола	
		44		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.		2		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
		45		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		2		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
		46		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		2		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола.	уважительно относиться к партнеру.
		47		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		2		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	уважительно относиться к партнеру.

						действия.			волейбола	
		48	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.		2	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия волейбола	уважительно относиться к партнеру.
		49	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.		2	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия волейбола	уважительно относиться к партнеру.
		50	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.		2	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия волейбола	уважительно относиться к партнеру.
		51	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.		2	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия волейбола.	уважительно относиться к партнеру.
		52	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками		2	Уметь играть в волейбол по	Описывать технику игровых	моделировать технику игровых	взаимодействовать со сверстниками в	уважительно относиться к партнеру.

				сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.				упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	действий и приемов волейбола	действий и приемов	процессе совместного освоения технического действия волейбола	
9	Лыжная подготовка	10	53	Инструкция по ТБ. Скользящий шаг без палок.		2		Уметь правильно выполнять скользящий шаг без палок.	Описывать технику передвижения на лыжах.	моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.
	Освоение техники лыжных ходов		54	Техника попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции до 2км		2		Уметь правильно выполнять попеременный двухшажный ход.	Описывать технику передвижения на лыжах.	моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.
			55	Попеременный двухшажный ход. Повороты переступанием.		2		Уметь правильно выполнять попеременный двухшажный ход и повороты переступанием.	Описывать технику передвижения на лыжах.	моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.
			56	Техника одновременного бесшажного хода. Подъём «полуёлочкой		2		Уметь правильно выполнять одновременн	Описывать технику передвижения на	моделировать способы передвижения на лыжах в	взаимодействовать со сверстниками в процессе	использовать передвижение на лыжах

							ый бесшажный ход и подъём «полуёлочкой».	лыжах.	зависимости от особенностей лыжной трассы.	совместного освоения техники передвижения на лыжах.	в организации активного отдыха.
			57	Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции до 2,5км.		2	Уметь правильно выполнять одновременный бесшажный ход.	Описывать технику передвижения на лыжах.	моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.
			58	Одновременный бесшажный ход. Попеременный двухшажный ход.		2	Уметь правильно выполнять одновременный бесшажный и попеременный	Описывать технику передвижения на лыжах.	моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники	использовать передвижение на лыжах в организации активного.
			59	Подъём «полуёлочкой». Торможение «плугом».		2	Уметь выполнять подъём «полуёлочкой» и торможение «плугом».	Описывать технику передвижения на лыжах.	моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.
			60	Техника лыжных ходов. Повороты переступанием.		2	Знать технику лыжных ходов. Уметь выполнять повороты	Описывать технику передвижения на лыжах.	моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения	использовать передвижение на лыжах в организации

							переступани ем.		особенностей лыжной трассы.	техники передвижения на лыжах.	активного отдыха.
			61	Прохождение дистанции 1 км на время.		2	Уметь проходить дистанцию 1 км	Описывать технику передвижения на лыжах.	моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.
			62	Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции до 3км.		2	Знать технику лыжных ходов. Уметь проходить дистанцию до 3км.	Описывать технику передвижения на лыжах.	моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.
10	Спортивные игры Волейбол	12	63	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.		2	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
			64	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.		2	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	уважительно относиться к партнеру.

						действия.			волейбола		
			65	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.		2	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
			66	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.		2	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
			67	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		3	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
			68	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		3	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
			69	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками		3	Уметь играть в волейбол по	Описывать технику игровых	моделировать технику игровых	взаимодействовать со сверстниками в	уважительно относиться к партнеру.

				сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол				упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	действий и приемов волейбола	действий и приемов	процессе совместного освоения технического действий волейбола	
		70		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		3		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
		71		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.		3		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
		72		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты.		3		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
		73		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-		3		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического	уважительно относиться к партнеру.

				6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.				технические действия.			действий волейбола	
			74	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.		3		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола	моделировать технику игровых действий и приемов	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола	уважительно относиться к партнеру.
1 1	Спортивные игры Баскетбол	16	75	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Правила ТБ при игре в баскетбол.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
			76	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
			77	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
			78	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на		3		Уметь играть в	Описывать технику	моделировать технику	взаимодействовать со	применять правила

				месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.				баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	игровых приемов.	игровых действий и приемов.	сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	подбора одежды для занятий баскетболом
			79	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в движении шагом. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
			80	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини-баскетбол.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
			81	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
			82	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам,	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного	применять правила подбора одежды для занятий

				снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.				выполнять правильно технические действия.			освоения технический действий	баскетболом
		83		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
		84		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
		85		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
		86		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом

				координационных качеств.				действия.				
			87	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология бас.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
			88	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
			89	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
			90	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействие двух игроков. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.		3		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия.	Описывать технику игровых приемов.	моделировать технику игровых действий и приемов.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия	применять правила подбора одежды для занятий баскетболом
1 2	Кроссовая подготовка	12	91	Равномерный бег 10 минут. ОРУ. Подвижные игры.	4	3		Уметь бегать в	Описывать технику	демонстрировать	взаимодействовать со	включать беговые

	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий			Развитие выносливости.				равномерном темпе до 20 минут.	передачи эстафетной палочки и бега на выносливость.	выполнение передачи эстафетной палочки.	сверстниками в процессе освоения бега на выносливость по дистанции.	упражнения в различные формы занятий физической культурой.
		92	Равномерный бег 12 минут. Чередование бег с ходьбой. ОРУ. Подвижные игры. Развитие выносливости.		3		Уметь бегать в равномерном темпе до 20 минут.	Описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на выносливость.	демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.	включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.	
		93	Равномерный бег 12 минут. Бег в гору. Преодоление препятствий. ОРУ. Спортивные игры. Развитие выносливости.		3		Уметь бегать в равномерном темпе до 20 минут.	Описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на выносливость.	демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.	включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.	
		94	Равномерный бег 12 минут. ОРУ. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости.		3		Уметь бегать в равномерном темпе до 20 минут.	Описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на выносливость.	демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.	включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.	
	Легкая атлетика Спринтерский бег, эстафетны	4	95	Высокий старт до 10-15м, бег с ускорением 30-40м, встречная эстафета, специальные беговые упражнения, развитие скоростных качеств. Старты	4		Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м с низкого	Описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на	демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега	включать беговые упражнения в различные формы занятий	

	й бег		из различных исходных положений. Инструктаж по ТБ.				старта	выносливос ть.		на выносливость по дистанции.	физической культурой.
		96	Высокий старт до 10-15м, бег с ускорением 40-50м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на здоровье.				Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м с низкого старта	Описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на выносливос ть.	демонстриро вать выполнение передачи эстафетной палочки.	взаимодейство вать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.	включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.
		97	Высокий старт до 10-15м, бег с ускорением 50-60м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма.				Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м с низкого старта	Описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на выносливос ть.	демонстриро вать выполнение передачи эстафетной палочки.	взаимодейство вать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.	включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.
		98	Бег на результат 60м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма.				Уметь пробегать с максимальной скоростью 60м с низкого старта	Описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на выносливос ть.	демонстриро вать выполнение передачи эстафетной палочки.	взаимодейство вать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.	включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.
	Прыжок в высоту, метание малого мяча	99	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом перешагивания. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.	4			Уметь прыгать в высоту с разбега, метать малый мяч на дальность.	выполнения беговых упражнени й и технику прыжка в длину с разбега.	демонстриро вать вариативное выполнение прыжковых упражнений.	взаимодейство вать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.	включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.
		100	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом				Уметь прыгать в	выполнения беговых	демонстриро вать	взаимодейство вать со	включать беговые

				перешагивания. Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.				высоту с разбега, метать малый мяч на дальность.	упражнения и технику прыжка в длину с разбега.	вариативное выполнение прыжковых упражнений.	сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.	упражнения в различные формы занятий
		101	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом перешагивания. Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.				Уметь прыгать в высоту с разбега, метать мяч на дальность.	выполнения беговых упражнений и технику прыжка в длину с разбега.	демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.	включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.	
		102	Бег в равномерном темпе. Бег 1000м. ОРУ. Развитие выносливости.				Уметь бегать в равномерном темпе до 20 минут.	выполнения беговых упражнений и технику прыжка в длину с разбега.	демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений.	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.	включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.	