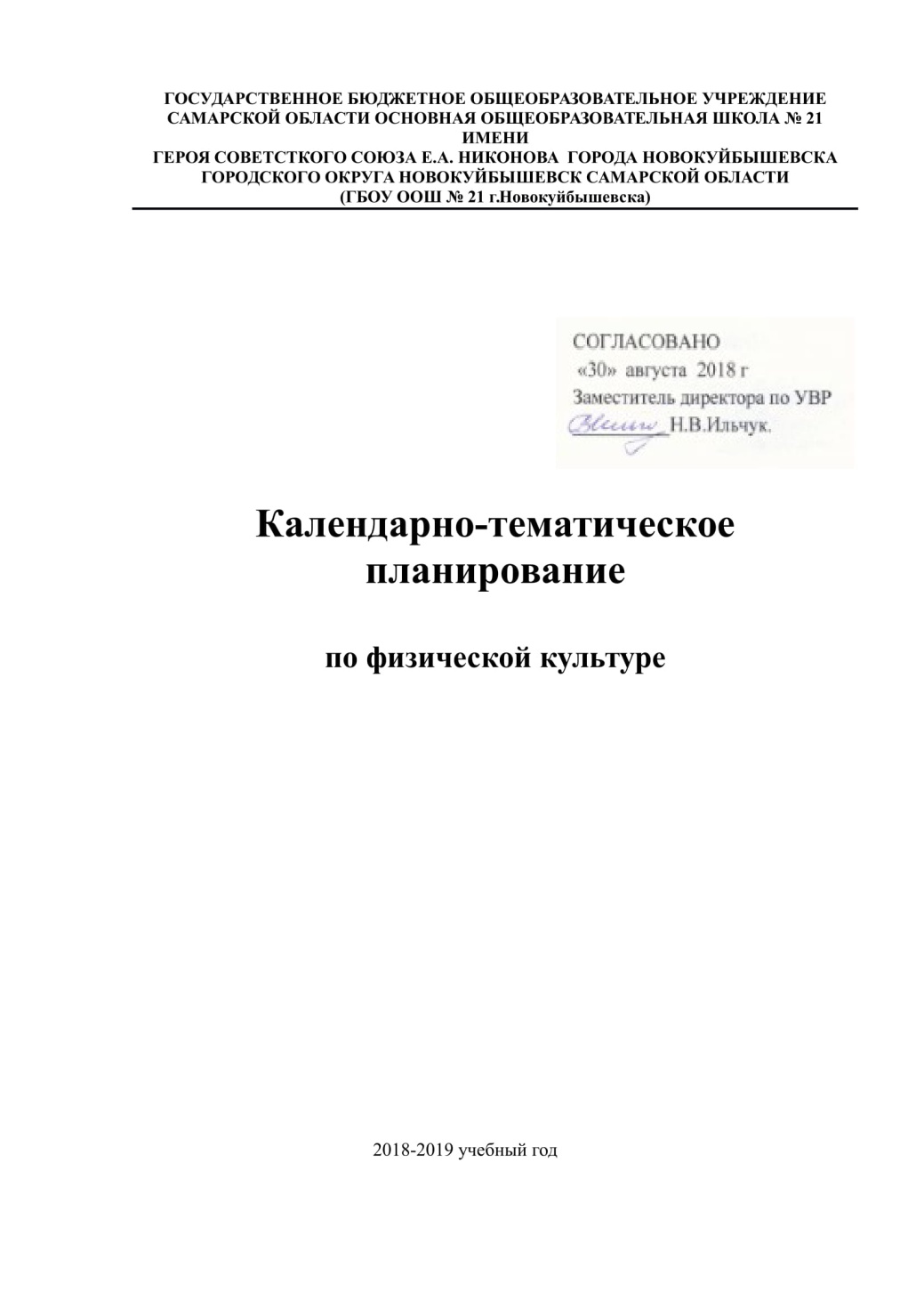
****

**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 2018 г.

Заместитель директор по УВР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В. Ильчук

**Календарно-тематическое планирование**

по физической культуре

2018 – 2019 учебный год

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Коли** |  | **Темы урока** | **Ко** | **Примерная** | | | **Характерис** |  | **Планируемые результаты** | |  |
| **п** | **раздела** | **честв** |  |  | **лич** |  | **дата** | | **тика** |  |  |  |  |
| **/** | **или темы** | **о** |  |  | **ест** | **проведения** | | | **деятельност** |  |  |  |  |
| **п** |  | **часов** |  |  | **во** | **урока** | | | **и ученика** |  |  |  |  |
|  |  |  | **№** | **Название** | **час** | **трим** |  | **Приме** |  | **Личностн** | **Познаватель** | **Коммуникати** | **Регулятивн** |
|  |  |  | **уро** |  | **ов** | **естр** |  | **рная** |  | **ые УУД** | **ные УУД** | **вные УУД** | **ые УУД** |
|  |  |  | **ка** |  |  |  |  | **дата** |  |  |  |  |  |
| 1 | Лёгкая | 12 | 1 | Высокий старт до 10-15м, | 4 | 1 |  |  | Уметь | Освоение | использовать | *инициативное* | .формулиров |
|  | атлетика |  |  | бег с ускорением 30-40м, |  |  |  |  | пробегать с | техники | общие | *сотрудничеств* | ать и |
|  |  |  |  | встречная эстафета, |  |  |  |  | Максимально | низкого | приемы | *о* –ставить | удерживать |
|  | Спринтер- |  |  | специальные беговые |  |  |  |  | й | старта | решения | вопросы, | учебную |
|  | ский бег, |  |  | упражнения, развитие |  |  |  |  | скоростью |  | поставленны | обращаться за | задачу |
|  | эстафетны |  |  | скоростных качеств. |  |  |  |  | 60м с низкого |  | х задач | помощью |  |
|  | й |  |  | Инструктаж по ТБ. |  |  |  |  | старта. |  |  |  |  |
|  | бег |  | 2 | Высокий старт до 10-15м, |  | 1 |  |  | Уметь | Освоение | использовать | *инициативное* | формулиров |
|  |  |  |  | бег с ускорением 40-50м, |  |  |  |  | пробегать с | техники | общие | *сотрудничеств* | ать и |
|  |  |  |  | специальные беговые |  |  |  |  | Максимально | низкого | приемы | *о* –ставить | удерживать |
|  |  |  |  | упражнения, развитие |  |  |  |  | й | старта. | решения | вопросы, | учебную |
|  |  |  |  | скоростных возможностей. |  |  |  |  | скоростью |  | поставленны | обращаться за | задачу |
|  |  |  |  | Эстафеты. Влияние |  |  |  |  | 60м с низкого |  | х задач | помощью |  |
|  |  |  |  | легкоатлетических |  |  |  |  | старта. |  |  |  |  |
|  |  |  |  | упражнений на здоровье. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 3 | Высокий старт до 10-15м, |  | 1 |  |  | Уметь | Освоение | использовать | *инициативное* | формулиров |
|  |  |  |  | бег с ускорением 50-60м, |  |  |  |  | пробегать с | техники | общие | *сотрудничеств* | ать и |
|  |  |  |  | специальные беговые |  |  |  |  | Максимально | низкого | приемы | *о* –ставить | удерживать |
|  |  |  |  | упражнения, развитие |  |  |  |  | й | старта. | решения | вопросы, | учебную |
|  |  |  |  | скоростных возможностей. |  |  |  |  | скоростью |  | поставленны | обращаться за | задачу |
|  |  |  |  | Эстафеты. Влияние |  |  |  |  | 60м с низкого |  | х задач | помощью |  |
|  |  |  |  | легкоатлетических |  |  |  |  | старта. |  |  |  |  |
|  |  |  |  | упражнений на различные |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | системы организма. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 4 | Бег на результат 60м, |  | 1 |  |  | Уметь | Освоение | использовать | *инициативное* | формулиров |
|  |  |  |  | специальные беговые |  |  |  |  | пробегать с | техники | общие | *сотрудничеств* | ать и |
|  |  |  |  | упражнения, развитие |  |  |  |  | Максимально | низкого | приемы | *о* –ставить | удерживать |
|  |  |  |  | скоростных возможностей. |  |  |  |  | й | старта. | решения | вопросы, | учебную |
|  |  |  |  | Эстафеты. Влияние |  |  |  |  | скоростью |  | поставленны | обращаться за | задачу |

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

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | ОРУ без предметов на месте. |  |  |  | из | упражнения | формулирова | свои | и |
|  |  |  |  | Вис согнувшись, вис |  |  |  | разученных |  | ть | затруднения | поставленно |
|  |  |  |  | прогнувшись - мальчики (М), |  |  |  | элементов, |  | познавательн |  | й задачей и |
|  |  |  |  | смешанные висы - девочки |  |  |  | строевые |  | ую цель. |  | условиями |
|  |  |  |  | (Д). Подтягивание в висе. |  |  |  | упражнения. |  |  |  | ее |
|  |  |  |  | Развитие силовых |  |  |  |  |  |  |  | реализации. |
|  |  |  |  | способностей. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 15 | Перестроение из колонны по |  | 1 |  | Уметь | Освоить | самостоятель | слушать | выбирать |
|  |  |  |  | одному в колонну по четыре |  |  |  | выполнять | подводящи | но выделять | собеседника, | действия в |
|  |  |  |  | дроблением и сведением. |  |  |  | комбинацию | е | и | формулировать | соответстви |
|  |  |  |  | ОРУ без предметов. Вис |  |  |  | из | упражнения | формулирова | свои | и |
|  |  |  |  | согнувшись, вис |  |  |  | разученных |  | ть | затруднения | споставленн |
|  |  |  |  | прогнувшись (М), |  |  |  | элементов, |  | познавательн |  | ой задачей и |
|  |  |  |  | смешанные висы (Д). |  |  |  | строевые |  | ую цель. |  | условиями |
|  |  |  |  | Подтягивание в висе. |  |  |  | упражнения. |  |  |  | ее |
|  |  |  |  | Развитие силовых |  |  |  |  |  |  |  | реализации. |
|  |  |  |  | способностей |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 16 | Перестроение из колонны по |  | 1 |  | Уметь | Освоить | самостоятель | слушать | выбирать |
|  |  |  |  | одному в колонну по четыре |  |  |  | выполнять | подводящи | но выделять | собеседника, | действия в |
|  |  |  |  | дроблением и сведением. |  |  |  | комбинацию | е | и | формулировать | соответстви |
|  |  |  |  | ОРУ без предметов. Вис |  |  |  | из | упражнения | формулирова | свои | и |
|  |  |  |  | согнувшись, вис |  |  |  | разученных |  | ть | затруднения | поставленно |
|  |  |  |  | прогнувшись (М), |  |  |  | элементов, |  | познавательн |  | й задачей и |
|  |  |  |  | смешанные висы (Д). |  |  |  | строевые |  | ую цель. |  | условиями |
|  |  |  |  | Подтягивание в висе.. |  |  |  | упражнения. |  |  |  | ее |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | реализации. |
| 5 | Опорн |  | 17 | Перестроение из колонны по | 4 | 1 |  | Уметь | Овладеть | выбирать | задавать | сличать |
|  | ый |  |  | два в колонну по одному |  |  |  | выполнять | техникой | наиболее | вопросы, | способ |
|  | прыжо |  |  | разведением и слиянием по |  |  |  | опорный | прыжка. | эффективные | обращаться за | действия и |
|  | к, |  |  | восемь в движении. ОРУ с |  |  |  | прыжок, |  | способы | помощью | его |
|  | строевые |  |  | предметами на месте. Вскок |  |  |  | строевые |  | решения |  | результат с |
|  | упражнен |  |  | в упор присев. Развитие |  |  |  | упражнения |  | задач. |  | заданным |
|  | ия |  |  | силовых способностей. |  |  |  |  |  |  |  | эталоном |
|  |  |  | 18 | Перестроение из колонны по |  | 1 |  | Уметь | Овладеть | выбирать | задавать | сличать |
|  |  |  |  | два в колонну по одному |  |  |  | выполнять | техникой | наиболее | вопросы, | способ |
|  |  |  |  | разведением и слиянием по |  |  |  | опорный | прыжка. | эффективные | обращаться за | действия и |
|  |  |  |  | восемь в движении. ОРУ с |  |  |  | прыжок, |  | способы | помощью | его |
|  |  |  |  | предметами на месте. Вскок |  |  |  | строевые |  | решения |  | результат с |
|  |  |  |  | в упор присев. Развитие |  |  |  | упражнения |  | задач. |  | заданным |
|  |  |  |  | силовых способностей. |  |  |  |  |  |  |  | эталоном |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | 19 | Перестроение из колонны |  | 1 |  | Уметь | Овладеть | выбирать | задавать | сличать |
|  |  |  |  | по четыре в колонну по |  |  |  | выполнять | техникой | наиболее | вопросы, | способ |
|  |  |  |  | одному разведением и |  |  |  | опорный | прыжка. | эффективные | обращаться за | действия и |
|  |  |  |  | слиянием по восемь в |  |  |  | прыжок, |  | способы | помощью | его |
|  |  |  |  | движении. ОРУ с |  |  |  | строевые |  | решения |  | результат с |
|  |  |  |  | предметами на месте. Вскок |  |  |  | упражнения |  | задач. |  | заданным |
|  |  |  |  | в упор присев. Соскок |  |  |  |  |  |  |  | эталоном |
|  |  |  |  | прогнувшись. Развитие |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | силовых способностей. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 20 | Перестроение из колонны |  | 1 |  | Уметь | Овладеть | выбирать | задавать | сличать |
|  |  |  |  | по два и по четыре в |  |  |  | выполнять | техникой | наиболее | вопросы, | способ |
|  |  |  |  | колонну по одному |  |  |  | опорный | прыжка. | эффективные | обращаться за | действия и |
|  |  |  |  | разведением и слиянием по |  |  |  | прыжок, |  | способы | помощью | его |
|  |  |  |  | восемь в движении. ОРУ с |  |  |  | строевые |  | решения |  | результат с |
|  |  |  |  | предметами на месте. Вскок |  |  |  | упражнения |  | задач. |  | заданным |
|  |  |  |  | в упор присев. Соскок |  |  |  |  |  |  |  | эталоном |
|  |  |  |  | прогнувшись. Развитие |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | силовых способностей. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Акробатик |  | 21 | Строевой шаг. Кувырок | 4 | 1 |  | Уметь | Осваивать | использовать | определять | ориентирова |
|  | а |  |  | вперёд. Эстафеты. ОРУ в |  |  |  | выполнять | акробатиче | знаково- | цели, функции | ться в |
|  |  |  |  | движении. Развитие |  |  |  | кувырки | ские | символическ | участников, | разнообрази |
|  |  |  |  | координационных |  |  |  | вперёд. | элементы в | ие средства, в | способы | и способов |
|  |  |  |  | способностей. |  |  |  |  | целом | том числе | взаимодействи | решения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | модели и | я; | задач; |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | схемы, для | координироват | *коррекция –* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | решения | ь и принимать | вносить |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | задач. | различные | дополнения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | позиции во | и изменения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | взаимодействи | в план |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | и | действия. |
|  |  |  | 22 | Кувырок вперед и назад. |  | 1 |  | Уметь | Осваивать | использовать | определять | ориентирова |
|  |  |  |  | Эстафеты. ОРУ в |  |  |  | выполнять | акробатиче | знаково- | цели, функции | ться в |
|  |  |  |  | движении. Развитие |  |  |  | кувырки | ские | символическ | участников, | разнообрази |
|  |  |  |  | координационных |  |  |  | вперёд, | элементы в | ие средства, в | способы | и способов |
|  |  |  |  | способностей. |  |  |  | назад. | целом | том числе | взаимодействи | решения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | модели и | я; | задач; |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | схемы, для | координироват | *коррекция –* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | решения | ь и принимать | вносить |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | задач. | различные | дополнения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | позиции во | и изменения |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | взаимодействи | в план |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | и | действия. |
|  |  |  | 23 | Кувырок вперед и назад. |  | 1 |  | Уметь | Осваивать | использовать | определять | ориентирова |
|  |  |  |  | Стойка на лопатках. |  |  |  | выполнять | акробатиче | знаково- | цели, функции | ться в |
|  |  |  |  | Эстафеты. ОРУ в движении. |  |  |  | кувырки, | ские | символическ | участников, | разнообрази |
|  |  |  |  | Развитие координационных |  |  |  | стойку на | элементы в | ие средства, в | способы | и способов |
|  |  |  |  | способностей. |  |  |  | лопатках. | целом | том числе | взаимодействи | решения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | модели и | я; | задач; |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | схемы, для | координироват | *коррекция –* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | решения | ь и принимать | вносить |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | задач. | различные | дополнения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | позиции во | и изменения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | взаимодействи | в план |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | и | действия. |
|  |  |  | 24 | Кувырок вперед и назад. |  | 1 |  | Уметь | Осваивать | использовать | определять | ориентирова |
|  |  |  |  | Стойка на лопатках. |  |  |  | выполнять | акробатиче | знаково- | цели, функции | ться в |
|  |  |  |  | Эстафеты. ОРУ в движении. |  |  |  | кувырки, | ские | символическ | участников, | разнообрази |
|  |  |  |  | Развитие координационных |  |  |  | стойку на | элементы в | ие средства, в | способы | и способов |
|  |  |  |  | способностей. |  |  |  | лопатках. | целом | том числе | взаимодействи | решения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | модели и | я; | задач; |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | схемы, для | координироват | *коррекция –* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | решения | ь и принимать | вносить |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | задач. | различные | дополнения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | позиции во | и изменения |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | взаимодействи | в план |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | и | действия. |
| 7 | Спортивны | 16 | 25 | Стойка и передвижения | 16 | 1 |  | Уметь играть | Описывать | моделироват | взаимодейство | применять |
|  | е игры |  |  | игрока. Ведение мяча на |  |  |  | в | технику | ь технику | вать со | правила |
|  |  |  |  | месте. Остановка прыжком. |  |  |  | баскетбол по | игровых | игровых | сверстниками в | подбора |
|  |  |  |  | Ловля мяча двумя руками от |  |  |  | упрощенным | приемов. | действий и | процессе | одежды для |
|  | Баскетбол |  |  | груди на месте в парах. Игра |  |  |  | правилам, |  | приемов. | совместного | занятий |
|  |  |  |  | в мини-баскетбол. Развитие |  |  |  | выполнять |  |  | освоения | баскетболом |
|  |  |  |  | координационных качеств. |  |  |  | правильно |  |  | технический | . |
|  |  |  |  | Правила ТБ при игре в |  |  |  | технические |  |  | действий |  |
|  |  |  |  | баскетбол. |  |  |  | действия. |  |  |  |  |
|  |  |  | 26 | Стойка и передвижения |  | 1 |  | Уметь играть | Описывать | моделироват | взаимодейство | применять |
|  |  |  |  | игрока. Ведение мяча на |  |  |  | в | технику | ь технику | вать со | правила |
|  |  |  |  | месте. Остановка прыжком. |  |  |  | баскетбол по | игровых | игровых | сверстниками в | подбора |
|  |  |  |  | Ловля мяча двумя руками от |  |  |  | упрощенным | приемов. | действий и | процессе | одежды для |
|  |  |  |  | груди на месте в парах. Игра |  |  |  | правилам, |  | приемов. | совместного | занятий |

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

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

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

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

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

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

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ый | лыжах. | зависимости | совместного | в |
|  |  |  |  |  |  |  |  | бесшажный |  | от | освоения | организации |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ход и подъём |  | особенностей | техники | активного |
|  |  |  |  |  |  |  |  | «полуёлочко |  | лыжной | передвижения | отдыха. |
|  |  |  |  |  |  |  |  | й». |  | трассы. | на лыжах. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 57 | Одновременный бесшажный |  | 2 |  | Уметь | Описывать | моделировать | взаимодейство | использоват |
|  |  |  |  | ход. Прохождение |  |  |  | правильно | технику | способы | вать со | ь |
|  |  |  |  | дистанции до 2,5км. |  |  |  | выполнять | передвижен | передвижени | сверстниками в | передвижен |
|  |  |  |  |  |  |  |  | одновременн | ия на | я на лыжах в | процессе | ие на лыжах |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ый | лыжах. | зависимости | совместного | в |
|  |  |  |  |  |  |  |  | бесшажный |  | от | освоения | организации |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ход. |  | особенностей | техники | активного |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | лыжной | передвижения | отдыха. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | трассы. | на лыжах. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 58 | Одновременный бесшажный |  | 2 |  | Уметь | Описывать | моделировать | взаимодейство | использоват |
|  |  |  |  | ход. Попеременный |  |  |  | правильно | технику | способы | вать со | ь |
|  |  |  |  | двухшажный ход. |  |  |  | выполнять | передвижен | передвижени | сверстниками в | передвижен |
|  |  |  |  |  |  |  |  | одновременн | ия на | я на лыжах в | процессе | ие на лыжах |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ый | лыжах. | зависимости | совместного | в |
|  |  |  |  |  |  |  |  | бесшажный |  | от | освоения | организации |
|  |  |  |  |  |  |  |  | и |  | особенностей | техники | активного. |
|  |  |  |  |  |  |  |  | попеременн |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ый |  |  |  |  |
|  |  |  | 59 | Подъём «полуёлочкой». |  | 2 |  | Уметь | Описывать | моделировать | взаимодейство | использоват |
|  |  |  |  | Торможение «плугом». |  |  |  | выполнять | технику | способы | вать со | ь |
|  |  |  |  |  |  |  |  | подъём | передвижен | передвижени | сверстниками в | передвижен |
|  |  |  |  |  |  |  |  | «полуёлочко | ия на | я на лыжах в | процессе | ие на лыжах |
|  |  |  |  |  |  |  |  | й» и | лыжах. | зависимости | совместного | в |
|  |  |  |  |  |  |  |  | торможение |  | от | освоения | организации |
|  |  |  |  |  |  |  |  | «плугом». |  | особенностей | техники | активного |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | лыжной | передвижения | отдыха. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | трассы. | на лыжах. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 60 | Техника лыжных ходов. |  | 2 |  | Знать | Описывать | моделировать | взаимодейство | использоват |
|  |  |  |  | Повороты переступанием. |  |  |  | технику | технику | способы | вать со | ь |
|  |  |  |  |  |  |  |  | лыжных | передвижен | передвижени | сверстниками в | передвижен |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ходов. Уметь | ия на | я на лыжах в | процессе | ие на лыжах |
|  |  |  |  |  |  |  |  | выполнять | лыжах. | зависимости | совместного | в |
|  |  |  |  |  |  |  |  | повороты |  | от | освоения | организации |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | переступани |  | особенностей | техники | активного |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ем. |  | лыжной | передвижения | отдыха. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | трассы. | на лыжах. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 61 | Прохождение дистанции |  | 2 |  | Уметь | Описывать | моделировать | взаимодейство | использоват |  |
|  |  |  |  | 1км на время. |  |  |  | проходить | технику | способы | вать со | ь |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | дистанцию | передвижен | передвижени | сверстниками в | передвижен |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | 1км | ия на | я на лыжах в | процессе | ие на лыжах |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | лыжах. | зависимости | совместного | в |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | от | освоения | организации |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | особенностей | техники | активного |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | лыжной | передвижения | отдыха. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | трассы. | на лыжах. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 62 | Техника лыжных ходов. |  | 2 |  | Знать | Описывать | моделировать | взаимодейство | использоват |  |
|  |  |  |  | Прохождение дистанции до |  |  |  | технику | технику | способы | вать со | ь |  |
|  |  |  |  | 3км. |  |  |  | лыжных | передвижен | передвижени | сверстниками в | передвижен |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ходов. Уметь | ия на | я на лыжах в | процессе | ие на лыжах |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | проходить | лыжах. | зависимости | совместного | в |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | дистанцию |  | от | освоения | организации |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | до 3км. |  | особенностей | техники | активного |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | лыжной | передвижения | отдыха. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | трассы. | на лыжах. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Спортивны | 12 | 63 | Стойка игрока. |  | 2 |  | Уметь играть | Описывать | моделироват | взаимодейство | уважительно |  |
| 0 | е игры |  |  | Перемещение в стойке. |  |  |  | в волейбол | технику | ь технику | вать со | относиться к |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | Передача двумя руками |  |  |  | по | игровых | игровых | сверстниками в | партнеру. |  |
|  |  |  |  | сверху на месте. Эстафеты. |  |  |  | упрощенным | действий и | действий и | процессе |  |  |
|  |  |  |  | Подвижные игры с |  |  |  | правилам, | приемов | приемов | совместного |  |  |
|  | Волейбол |  |  | элементами волейбола. |  |  |  | выполнять | волейбола |  | освоения |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | правильно |  |  | технический |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | технические |  |  | действий |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | действия. |  |  | волейбола |  |  |
|  |  |  | 64 | Стойка игрока. |  | 2 |  | Уметь играть | Описывать | моделироват | взаимодейство | уважительно |  |
|  |  |  |  | Перемещение в стойке. |  |  |  | в волейбол | технику | ь технику | вать со | относиться к |  |
|  |  |  |  | Передача двумя руками |  |  |  | по | игровых | игровых | сверстниками в | партнеру. |  |
|  |  |  |  | сверху на месте. Эстафеты. |  |  |  | упрощенным | действий и | действий и | процессе |  |  |
|  |  |  |  | Подвижные игры с |  |  |  | правилам, | приемов | приемов | совместного |  |  |
|  |  |  |  | элементами волейбола. |  |  |  | выполнять | волейбола |  | освоения |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | правильно |  |  | технический |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | технические |  |  | действий |  |  |

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

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

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

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

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

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | Развитие выносливости. |  |  |  | равномерном | передачи | выполнение | сверстниками в | упражнения |
|  | Бег по |  |  |  |  |  |  | темпе до 20 | эстафетной | передачи | процессе | в различные |
|  | пересечен |  |  |  |  |  |  | минут. | палочки и | эстафетной | совместного | формы |
|  | ной |  |  |  |  |  |  |  | бега на | палочки. | освоения бега | занятий |
|  | местности, |  |  |  |  |  |  |  | выносливос |  | на | физической |
|  | преодолен |  |  |  |  |  |  |  | ть. |  | выносливость | культурой. |
|  | ие |  |  |  |  |  |  |  |  |  | по дистанции. |  |
|  | препятстви |  | 92 | Равномерный бег 12 минут. |  | 3 |  | Уметь бегать | Описывать | демонстриро | взаимодейство | включать |
|  | й |  |  | Чередование бег с ходьбой. |  |  |  | в | технику | вать | вать со | беговые |
|  |  |  |  | ОРУ. Подвижные игры. |  |  |  | равномерном | передачи | выполнение | сверстниками в | упражнения |
|  |  |  |  | Развитие выносливости. |  |  |  | темпе до 20 | эстафетной | передачи | процессе | в различные |
|  |  |  |  |  |  |  |  | минут. | палочки и | эстафетной | совместного | формы |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | бега на | палочки. | освоения бега | занятий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | выносливос |  | на | физической |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | ть. |  | выносливость | культурой. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | по дистанции. |  |
|  |  |  | 93 | Равномерный бег 12 минут. |  | 3 |  | Уметь бегать | Описывать | демонстриро | взаимодейство | включать |
|  |  |  |  | Бег в гору. Преодоление |  |  |  | в | технику | вать | вать со | беговые |
|  |  |  |  | препятствий. ОРУ. |  |  |  | равномерном | передачи | выполнение | сверстниками в | упражнения |
|  |  |  |  | Спортивные игры. Развитие |  |  |  | темпе до 20 | эстафетной | передачи | процессе | в различные |
|  |  |  |  | выносливости. |  |  |  | минут. | палочки и | эстафетной | совместного | формы |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | бега на | палочки. | освоения бега | занятий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | выносливос |  | на | физической |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | ть. |  | выносливость | культурой. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | по дистанции. |  |
|  |  |  | 94 | Равномерный бег 12 минут. |  | 3 |  | Уметь бегать | Описывать | демонстриро | взаимодейство | включать |
|  |  |  |  | ОРУ. Преодоление |  |  |  | в | технику | вать | вать со | беговые |
|  |  |  |  | препятствий. Спортивные |  |  |  | равномерном | передачи | выполнение | сверстниками в | упражнения |
|  |  |  |  | игры. Развитие |  |  |  | темпе до 20 | эстафетной | передачи | процессе | в различные |
|  |  |  |  | выносливости. |  |  |  | минут. | палочки и | эстафетной | совместного | формы |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | бега на | палочки. | освоения бега | занятий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | выносливос |  | на | физической |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | ть. |  | выносливость | культурой. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | по дистанции. |  |
|  | Легкая | 4 | 95 | Высокий старт до 10-15м, | 4 |  |  | Уметь | Описывать | демонстриро | взаимодейство | включать |
|  | атлетика |  |  | бег с ускорением 30-40м, |  |  |  | пробегать с | технику | вать | вать со | беговые |
|  |  |  |  | встречная эстафета, |  |  |  | максимально | передачи | выполнение | сверстниками в | упражнения |
|  | Спринтерс |  |  | специальные беговые |  |  |  | й скоростью | эстафетной | передачи | процессе | в различные |
|  | кий бег, |  |  | упражнения, развитие |  |  |  | 60м с | палочки и | эстафетной | совместного | формы |
|  | эстафетны |  |  | скоростных качеств. Старты |  |  |  | низкого | бега на | палочки. | освоения бега | занятий |

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

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