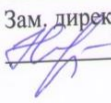
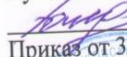


муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Кутейниковская основная общеобразовательная школа

«Согласовано» Протокол заседания педагогического совета № 1 от 30 августа 2022 года	«Согласовано» Зам. директора по УВР  /И. Н. Халаимова	«Утверждаю» Директор МБОУ Кутейниковская ООШ  В.В.Фандо Приказ от 31.08.2022 г. № 46
--	--	--



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### учебного предмета «Физическая культура»

для 6 класса  
основного общего образования  
на 2022-2023 учебный год

Учитель: Видюков Артем Сергеевич

с. Кутейниково  
2022 год

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре для 6 класса разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования на основе следующих основных федеральных, региональных и муниципальных нормативно-правовых документов:

### **Законы:**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп. в ред. от 02.07.2021 N 351-ФЗ);
- Областной закон от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области» (с изменениями от 6 ноя. 2020 № 388-ЗС)

### **Постановления:**

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"

### **Приказы:**

- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644, от 31 декабря 2015 г. N 1577, от 11 декабря 2020 № 712);
- Приказ Минпросвещения от 22.03.2021 г. № 115 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования ”
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность" (Зарегистрирован 14.09.2020 № 59808) с изменениями и дополнениями;
- Приказ Минобрнауки РФ от 23 августа 2017 г. N 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Минобрнауки России от 28.05.2014 № 594 «Об утверждении Порядка разработки примерных основных образовательных программ, проведения их экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ» (в ред. приказов Минобрнауки России от 07.10.2014 № 1307, от 09.04.2015 № 387)

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.06.2016 г. № 699 «Об утверждении перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;

#### **Письма:**

- письмо Минобрнауки России от 31.10.2003 № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 30 мая 2012 г. N МД-583/19 "О методических рекомендациях "Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья"

- письмо от 15.11.2013 № НТ-1139/08 «Об организации получения образования в семейной форме»;

- письмо Минобрнауки России от 15.07.2014 № 08-888 «Об аттестации учащихся общеобразовательных организаций по учебному предмету «Физическая культура»;

- письмо Минобрнауки России от 18.03.2016 № НТ-393/08 «Об обеспечении учебными изданиями (учебниками и учебными пособиями).

- письмо Министерства общего и профессионального образования Ростовской области 20 мая 2022 №: 24/3.1-8923

- письмо Минпросвещения, Рособнадзора от 06.08.2021 № СК-228/03, 01-169/08-01

- письмо Министерства образования и науки РФ от 6 декабря 2017 г. N 08-2595 «О направлении информации»

- письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования от 20 декабря 2018 г. N 03-510 «О направлении информации»

#### **Программы:**

- Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобрена федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15).

- Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Кутейниковской основной общеобразовательной школы (Постановление Администрации Чертковского района Ростовской области от 14.09.2015 № 740);

- Учебный план образовательного учреждения.

**Программа ориентирована на использование следующих учебных и учебно-методических пособий:**

1. Виленский М. Я., Туревский И. М., Торочкова Т. Ю. Физическая культура. 5-7 классы: учебник для общеобразовательных организации - 7-е изд. - М.: Просвещение, 2019;

2. Ковалько В. И. Поурочные разработки по физкультуре: 5-9 классы. - М.: ВАКО, 2018.

**Цель** предмета «Физическая культура» в основной школе заключается в формировании разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного

сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

### **Задачи программы:**

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основе системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Календарный учебный график МБОУ Кутейниковской ООШ на 2022-2023 учебный год предусматривает 34 учебные недели в 6 классе. В соответствии с ФГОС ООО и учебным планом школы на 2022-2023 уч. год для основного общего образования на учебный предмет физическая культура в 6 классе отводится 2 часа в неделю, то есть 68 часов в год.

Данная рабочая программа является гибкой и позволяет вносить изменения в ходе реализации в соответствии со сложившейся ситуацией:

- дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками, календарным учебным графиком;
- прохождение курсов повышения квалификации (на основании приказа РОО);
- отмена учебных занятий по погодным условиям (на основании приказа РОО);
- по болезни учителя.

Программа составлена на 68 часов.

## Содержание учебного предмета Знания о физической культуре

**История физической культуры.** Олимпийские игры древности.

Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережное отношение к природе (экологические требования).

**Физическая культура (основные понятия).** Физическое развитие человека. Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техническая подготовка. Техника движений и ее основные показатели. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура. Спортивная подготовка. Здоровье и здоровый образ жизни. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

**Физическая культура человека.** Режим дня, его основное содержание и правила планирования. Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования. Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Утренняя зарядка и ее влияние на работоспособность. Физкультминутки и их значение для профилактики утомления.

**Способы двигательной (физкультурной) деятельности**

**Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.** Подготовка к занятиям физической культурой.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической культурой. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой. Организация досуга средствами физической культуры.

**Оценка эффективности занятий физической культурой.** Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения (технических ошибок). Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

**Физическое совершенствование**

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

**Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью**

**Гимнастика с основами акробатики.** Организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Ритмическая гимнастика (девочки).

Опорные прыжки. Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки).  
Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

**Легкая атлетика.** Беговые упражнения. Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

**Спортивные игры.** Баскетбол. Игра по правилам. Волейбол. Игра по правилам.  
Футбол. Игра по правилам.

**Прикладно-ориентированная подготовка.** Прикладно-ориентированные упражнения.

**Упражнения общеразвивающей направленности.** Общефизическая подготовка.

**Гимнастика с основами акробатики.** Развитие гибкости, координация движений, силы, выносливости.

**Легкая атлетика.** Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений. Сдача нормативов ВФСК ГТО.

**Баскетбол.** Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

**Футбол:** Упражнения без мяча: бег змейкой и «восьмеркой», бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед. Упражнения с мячом: удар с разбега по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной стопы; остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы; ведение мяча носком ноги, внутренней и внешней частью подъема стопы. Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите. Игра в мини-футбол по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости.

**Спортивно - оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью**

**Техническая подготовка.** Техника движений и ее основные показатели.

Здоровье и здоровый образ жизни. Режим дня, и его основное содержание и правила планирования. Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения. Способы физкультурной деятельности. Подготовка к занятиям физической культурой.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкульт-пауз. Организация досуга средствами физической культуры. Оценка эффективности занятий физической культурой. Измерения резервов организма и состояние здоровья с помощью мониторинга физического развития организма школьников. Физическое совершенствование:

**Гимнастика с основами акробатики.** Организующие команды и приемы: перестроение из колонны по четыре дроблением и сведением; из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием, по восемь.

**Акробатические упражнения:** из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

**Опорные прыжки:** вскок в упор присев; соскок прогнувшись (козел в ширину, высота 80-100см).

Упражнение и комбинация на гимнастическом бревне (девочки): вскок произвольно, ходьба на носках, поворот кругом ноги врозь на носках, равновесие на правой ноге, левой ноге, соскок из приседа, сбоку с опорой на руки прогнувшись.

Упражнение и комбинация на гимнастической перекладине (мальчики): висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе. Смешанные висы; подтягивание из вися лежа (девочки).

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами; лазанье по канату; прыжки со скакалкой; броски набивного мяча; общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника; упражнение на осанку; упражнения на укрепление мышц стопы; дыхательная гимнастика.

### ***Легкая атлетика***

**Бег:** высокий старт; равномерный бег с последующим ускорением от 30 до 40 м.; бег 30, 60 м. на результат; бег в равномерном темпе от 10 до 12 минут, бег 1000м.; челночный бег 3 x 10 м; бег с изменением частоты шагов.

**Броски набивного мяча (2кг):** двумя руками из-за головы, от груди, снизу вверх - вперед. Ловля набивного мяча двумя руками после броска партнера, после броска вверх, с хлопками ладонями после приседания.

**Метание** малого мяча на дальность отскока от стены, на заданное расстояние, на дальность в коридор 5-6 м., в горизонтальную и вертикальную цель с 6-8 м.

**Прыжки:** в длину с 7-9 шагов разбега; прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега; через препятствия; со скакалкой.

Упражнения прикладного характера: всевозможные прыжки и много скоки; кросс до 10 минут; эстафетный бег; эстафеты, старты из различных и. п.; варианты челночного бега.

### ***Спортивные игры***

**Баскетбол:** специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; ловля и передача мяча от груди двумя и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках); ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение ведущей и не ведущей рукой. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли). Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок; ловля, передача, ведение, остановка, 2 шага, бросок. Вырывание и выбивание мяча; взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди»; игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.

**Волейбол:** Стойка игрока перемещения, передачи мяча сверху, приемы мяча сверху снизу над собой, в парах в движении у стены, нижняя прямая подача мяча с близкого расстояния, Игры пионербол с элементами волейбола, игра волейбол по упрощенным правилам.

**Футбол:** Упражнения без мяча: бег змейкой и «восьмеркой», бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед. Упражнения с мячом: удар с разбега по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной стопы; остановка

катящегося мяча внутренней стороной стопы; ведение мяча носком ноги, внутренней и внешней частью подъема стопы. Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите. Игра в мини-футбол по правилам.



## **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

**Личностные результаты** формируются в ходе изучения физической культуры и отражают:

- воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- знание истории физической культуры своего народа;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- освоение социальных норм, правил поведения;
- формирование коммуникативной компетентности общения и сотрудничестве;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметные результаты** отражаются в универсальных умениях. Это:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности, корректировать свои действия;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;
- умение работать индивидуально и в группе;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

**Предметные результаты** отражают:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, укреплении и сохранении здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, умение отбирать физические упражнения и регулировать физическую нагрузку с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма;
- знание правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- формирование умения вести наблюдение за динамикой своего развития и своих основных физических качеств и функциональных возможностей;
- формирование умения выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений.

## **Планируемые результаты освоения учебной программы по предмету «Физическая культура» к концу 6-го года обучения:**

### ***Обучающийся научится:***

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой.

### ***Обучающийся получит возможность научиться:***

- определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми;
- выявлять различия в основных способах передвижения человека;
- применять беговые упражнения для развития физических упражнений;
- выполнять тестовые нормативы ВФСК ГТО.

## Календарно-тематическое планирование

№	Дата	Тема	К-во часов	Форма контроля
<b>Основы знаний (1ч)</b>				
1	01.09	Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики. Возрождение Олимпийских игр	1	Фронтальный
<b>Легкая атлетика (15ч)</b>				
2	02.09	Развитие скоростных способностей	1	Фронтальный
3	08.09	Высокий старт	1	Фронтальный
4	09.09	Стартовый разгон	1	Индивидуальный
5	15.09	Финальное усилие. Эстафеты	1	Групповой
6	16.09	Бег с ускорением до 30-40м	1	Фронтальный
7	22.09	Скоростной бег. Сдача контрольного норматива - бег 60м	1	Индивидуальный
8	23.09	Эстафеты	1	Групповой
9	29.09	Сдача контрольного норматива - бег 1000м	1	Индивидуальный
10	30.09	Старты из различных исходных положений	1	Фронтальный
11	06.10	Метание мяча с 4-5 шагов разбега	1	Фронтальный
12	07.10	Сдача контрольного норматива - метание мяча на дальность	1	Индивидуальный
13	13.10	Прыжок в длину с 7-9 шагов (подбор разбега)	1	Фронтальный
14	14.10	Прыжок в длину с разбега на результат	1	Индивидуальный
15	20.10	Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1	Фронтальный
16	21.10	Развитие выносливости. Преодоление препятствий	1	Индивидуальный
<b>Футбол (5ч)</b>				
17	27.10	Инструктаж по ТБ на уроках футбола. Ведение мяча с ускорением по прямой	1	Фронтальный
18	28.10	Ведение мяча по кругу, между стоек. Тест по основам знаний	1	Индивидуальный
19	10.11	Удар по неподвижному и катящемуся мячу	1	Фронтальный
20	11.11	Остановка катящегося мяча	1	Фронтальный
21	17.11	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1	Групповой
<b>Основы знаний (1ч)</b>				
22	18.11	Инструктаж по ТБ на уроках волейбола. История зарождения волейбола	1	Фронтальный
<b>Волейбол(14ч)</b>				
23	24.11	Ходьба, бег, перемещение	1	Фронтальный
24	25.11	Комбинации из освоенных элементов	1	Индивидуальный
25	01.12	Передача мяча двумя руками над собой	1	Фронтальный
26	02.12	Передача мяча в парах	1	Групповой
27	08.12	Прием мяча после набрасывания	1	Фронтальный
28	09.12	Прием мяча у стены	1	Фронтальный
29	15.12	Прием мяча в парах	1	Групповой
30	16.12	Нижняя подача мяча	1	Фронтальный
31	22.12	Подача мяча в стену	1	Фронтальный
32	23.12	Подача мяча в парах	1	Групповой
33	12.01	Сдача контрольного норматива - подача мяча через сетку	1	Индивидуальный

34	13.01	Нападающий удар. Имитация	1	Фронтальный
35	19.01	Блокирование. Имитация	1	Фронтальный
36	20.01	Комбинации из освоенных элементов	1	Комбинированный
		<b>Основы знаний (2ч)</b>		
37	26.01	Основные правила развития физических качеств	1	Фронтальный
38	27.01	Влияние физической подготовки на укрепления здоровья	1	Индивидуальный
		<b>Гимнастика (9ч)</b>		
39	02.02	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Кувырок вперед. Передвижение по бревну (д)	1	Фронтальный
40	03.02	Кувырок назад. Комбинации упражнений на бревне (д)	1	Индивидуальный
41	09.02	Стойка на лопатках. Упражнения на брусьях (м)	1	Индивидуальный
42	10.02	« Мост» из положения лежа (д). Упражнения на брусьях (м)	1	Индивидуальный
43	16.02	Разучивание комбинации из акробатических элементов	1	Фронтальный
44	17.02	Совершенствование акробатической комбинации. Упражнения в висах и упорах	1	Индивидуальный
45	02.03	Разучивание мини-комплекса ритмической гимнастики	1	Фронтальный
46	03.03	Развитие гибкости. Совершенствование мини-комплекса ритмической гимнастики	1	Групповой
47	09.03	Танцевальные движения. Лазанье по гимнастической лестнице	1	Индивидуальный
		<b>Основы знаний (1ч)</b>		
48	10.03	Физическая нагрузка, как чередование физической работы и отдыха	1	Фронтальный
		<b>Способы двигательной деятельности (1ч)</b>		
49	16.03	Составление комплексов упражнений по развитию физических качеств	1	Индивидуальный
		<b>Баскетбол(9ч)</b>		
50	17.03	Инструктаж по ТБ на уроках баскетбола. Перемещение в стойке. Остановки	1	Фронтальный
51	23.03	Оценка техники стойки и передвижений	1	Индивидуальный
52	24.03	Ловля и передача мяча на месте. Ловля и передача мяча в движении	1	Фронтальный
53	06.04	Ведение мяча на месте. Ведение мяча в движении по прямой	1	Индивидуальный
54	07.04	Ведение мяча с изменением направления	1	Фронтальный
55	13.04	Броски мяча одной рукой от плеча	1	Фронтальный
56	14.04	Броски двумя руками от груди. Вырывание и выбивание мяча	1	Индивидуальный
57	20.04	Оценка техники выполнения комбинации из освоенных элементов	1	Индивидуальный
58	21.04	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Групповой
		<b>Основы знаний (1ч)</b>		
59	27.04	Личная гигиена	1	Фронтальный
		<b>Легкая атлетика(9ч)</b>		
60	28.04	Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики. Развитие выносливости	1	Фронтальный
61	04.05	Сдача нормативов комплекса ГТО	1	Индивидуальный
62	05.05	Гладкий бег. Метание мяча с разбега	1	Фронтальный

63	11.05	Высокий старт. Сдача контрольного норматива - бег 60м	1	Индивидуальный
64	12.05	Сдача контрольного норматива - метание мяча на дальность	1	Индивидуальный
65	18.05	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	1	Фронтальный
66	19.05	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	1	Индивидуальный
67	25.05	Сдача контрольного норматива - прыжок в длину с разбега	1	Индивидуальный
68	26.05	Развитие выносливости	1	Индивидуальный