

Ростовская область Чертковский район с. Кутейниково
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кутейниковская основная общеобразовательная школа

«Утверждаю»

И. о. директора

МБОУ Кутейниковская ООШ

Приказ от 27.08.2021 г. № 68



Видюков С.А.

Ф.И.О.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По физической культуре

начальное общее образование (2 класс)

Количество часов 104 Уровень Базовый

Учитель Видюков Артем Сергеевич

Программа разработана на основе программы В.И. Ляха . 1-4 классы. – М.: Просвещение, 2017 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса разработана на основе федеральных и региональных нормативно - правовых документов:

- Федерального Закона от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального закона от 01.12.2007 № 309 «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части изменения и структуры Государственного образовательного стандарта»;

- Областного закона от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области».

- Примерной основной образовательной программы начального общего образования (одобрена федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15);

- постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

- постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (в ред. изменений № 1, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.06.2011 № 85, изменений № 2, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 25.12.2013 № 72, изменений № 3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 № 81);

- постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

- приказа Минобрнауки России от 05.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

- приказа Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями от 1 марта 2019 г.);

- приказа Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»

- приказа Минобрнауки России от 28.12.2018 № 345; «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;

- приказа Минпросвещения России от 22.11.2019 г. № 632 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего

общего образования, сформированный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2018 г. № 345»;

- приказа Минпросвещения России от 18.05.2020 № 249 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2018 г. № 345»;

- приказа 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»;

- приказа Минобрнауки России от 29.04.2015 № 450 «О порядке отбора организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;

- приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (распространяется на правоотношения с 1 сентября 2021 года);

- письма 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»;

- письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 8 октября 2010 г. № ИК-1494/19 «О введении третьего часа физической культуры»;

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

- письма Минобрнауки России от 04.09.2015 № **08-1404** «Об отборе организаций, выпускающих учебные пособия»;

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

- письма Минобразования Ростовской области от 31.05.2019 № **24/4.1-7171** «О направлении рекомендаций»;

Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Кутейниковской основной общеобразовательной школы (Постановление Администрации Чертковского района Ростовской области от 14.09.2015 № **740**).

- Учебного плана образовательного учреждения.

Для реализации программного содержания используются учебно – методические пособия:

1. Физическая культура. Учебник. 1 – 4 классы. Лях В. И. -2019 г.

2. Поурочные разработки по физкультуре: 2 класс. А.Ю.Патрикеев. - М.: ВАКО, 2018 г.

Целью физического воспитания во 2 классе является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач, направленных на:

- Укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению.

- Формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.

- Овладение школой движений.

- Развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей.

- Формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей.

- Выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий.

- Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыки здорового и безопасного образа жизни.

- Приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявление предрасположенности к тем или иным видам спорта.

При планировании учебного материала программы в соответствии с САНПИН (температурный режим), заменять тему «Лыжные гонки» на углубленное освоение содержания тем «Легкая атлетика», «Подвижные игры».

На уроки физической культуры во 2 классе выделяется 105 часов (3 ч в неделю, 35 недель).

С учётом утверждённого расписания для 2 класса, сроков каникул и учебных четвертей общеобразовательного учреждения, а также

Производственного календаря на 3 и 4 кварталы 2021 года, 1 и 2 кварталы 2022 года уроки, выпадающие на праздничные дни 23 февраля, 8 марта, объединены в календарно-тематическом планировании следующим образом: раздел «Подвижные игры с элементами подвижных игр» сокращен на 1 час, раздел «Легкая атлетика» сокращен на 1 час.

С учётом всех изменений количество плановых уроков уменьшено до 104 часов.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты:

- Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- Формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и усвоение социальной роли обучающего;
- Развитие этнических чувств, доброжелательности и национально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Определение общей цели и путей ее достижения, умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- Овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающие существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и др.)
- Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Предметными результатами изучения курса «Физическая культура» является формирование следующих умений.

Знания о физической культуре

Обучающийся 2 класса должен знать и иметь представление:

- О положении тела в пространстве.
- О физических качествах.
- Об основных видах движений.
- О правилах поведения и безопасности.
- О названии и правилах игр, инвентаря, оборудования.
- О названии снарядов и гимнастических элементов.
- О признаках правильной ходьбы и бега.
- О понятиях: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.
- О названии метательных снарядов, прыжкового инвентаря.
- О названии упражнений в прыжках в высоту.
- Об основных требованиях к одежде и обуви во время занятий лыжной подготовкой, требованиях к температурному режиму, об обморожении.

Способы физкультурной деятельности

Обучающийся 2 класса научится:

- выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;

- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Обучающийся получит возможность научиться:

- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Обучающийся 2 класса научится:

В циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 30 метров из положения высокого старта; в равномерном темпе бегать 3 минуты; выполнять с разбега прыжок в высоту; проходить на лыжах дистанцию 1,5 км.

В метаниях: метать малый мяч с места на дальность; метать малый мяч с места в горизонтальную и вертикальную цель; бросать набивной мяч из положения сидя двумя руками из-за головы на дальность.

В гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; выполнять акробатическую комбинацию.

В подвижных играх: играть в подвижные игры, соблюдая правила.

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности: выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила безопасности во время выполнения упражнений.

Способы спортивной деятельности: участвовать в школьных соревнованиях.

Правила поведения на уроках физической культуры: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, личную гигиену; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

Обучающийся получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Содержание учебного предмета

Раздел 1. Легкая атлетика (11 ч.)

Инструктаж по технике безопасности. Ходьба и бег.

Развитие скоростных и координационных способностей.

Развитие скоростных и координационных способностей. Бег 30 м.

Разновидности ходьбы. Бег с ускорением.

Развитие скоростных и координационных способностей. Бег 60 м.

Прыжок с места.

Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов.

Прыжок с высоты до 40 см. Эстафеты. Челночный бег.

Метание малого мяча в горизонтальную цель.

Метание малого мяча в вертикальную цель.

Развитие скоростно-силовых способностей.

Раздел 2. Кроссовая подготовка (14 ч.)

Равномерный бег 3 мин.

Бег с преодолением препятствий. Игра «Третий лишний»

Равномерный бег 4 мин.

Бег с преодолением препятствий. Игра «Пятнашки»

Равномерный бег 5 мин.

Развитие выносливости. Игра «Пустое место»

Равномерный бег 6 мин.

Бег с преодолением препятствий. Игра «Салки с выручкой»

Равномерный бег 7 мин.

Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»

Равномерный бег 8 мин.

Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»

Равномерный бег 9 мин.

Развитие выносливости. Игра «День и ночь».

Раздел 3. Подвижные игры (18 ч.)

Игра «К своим флажкам»

Игра «Два мороза».

Развитие скоростно-силовых способностей

Игра «Пятнашки»,

Игра «Посадка картошки», эстафеты.

Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты.

Игры: «Посадка картошки », «Два мороза».

Игры: « Попади в мяч », «Верёвочка под ногами».

Развитие скоростно-силовых способностей

Игра «Прыгающие воробушки»

Игра «Зайцы в огороде». Эстафеты.

Развитие скоростно-силовых способностей

Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».

Игра «Лисы и куры»

Игра «Точный расчет».

Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.

Игры. Эстафеты.

Развитие скоростно-силовых способностей.

Раздел 4. Гимнастика (17 ч.)

Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги.

Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев.

Акробатика. Строевые упражнения.

Развитие координационных способностей.

Выполнение комбинации из разученных элементов.

Кувырок в сторону.

Висы. Строевые упражнения.

Тестирование вися на время.

Развитие силовых способностей.

В вися поднятие согнутых и прямых ног.

Подтягивание в вися.

Вися на согнутых руках. Подтягивание в вися.

Опорный прыжок, лазание.

Тестирование метания малого мяча на точность.

Тестирование наклона вперед из положения стоя.

Тестирование подтягивания на низкой перекладине из вися, лежа согнувшись.

Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.

Тестирование прыжка в длину с места.

Раздел 5. Подвижные игры на основе баскетбола (22 ч.)

Т.Б. по подвижным играм. Ловля и передача мяча в движении.

Броски в цель. Игра «Попади в обруч».

Развитие координационных способностей.

Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте.

Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель.

Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей

Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте.

Ведение на месте Броски в цель

Броски в цель. Игра «Передал – садись».

Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей

Ведение на месте правой и левой рукой.

Броски в цель. ОРУ. Игра «Мяч соседу».

Ловля и передача мяча в движении.

Ведение на месте правой и левой рукой. Игра «Передача мяча в колоннах».

Эстафеты. Развитие координационных способностей

Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей

Эстафеты. Развитие координационных способностей

Ловля и передача мяча в движении.

Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель

Броски в цель. Игра «Мяч в корзину».

Ведение на месте правой и левой рукой в движении Игра «Мяч в корзину».

Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей

Броски в цель. Игра «Передал – садись».

Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.

Раздел 6. Кроссовая подготовка (7 ч.)

Правила ТБ. Равномерный бег 3 минуты.

Равномерный бег 3 минуты.

Равномерный бег 5-6 минут.

Равномерный бег 5-6 минут.

Равномерный бег 7-8 минут.

Равномерный бег 7-8 минут.

Бег с преодолением препятствий. Игра «Вызов номеров».

Раздел 7. Легкая атлетика (15 ч.)

Правила ТБ. Бег с ускорением.

Разновидности ходьбы. Бег с ускорением.

Тестирование прыжка в длину с места.

Тестирование бега на 30 м с высокого старта.

Бег на 1000 м.

Тестирование челночного бега 3 x 10 м.

Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность.

Тестирование метания малого мяча на точность.

Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4–5 м. Эстафеты.

Развитие скоростно-силовых качеств.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол -во часов	Дата	Формы контроля
Раздел 1. Легкая атлетика (11 ч.)				
1	Инструктаж по технике безопасности. Что такое физическая культура	1	01.09	фронтальный
2	Разновидности ходьбы	1	03.09	фронтальный
3	Бег 30 м с высокого старта	1	07.09	индивидуальный
4	Бег с ускорением	1	08.09	фронтальный
5	Бег 60 м	1	10.09	индивидуальный
6	Техника прыжка в длину с места	1	14.09	индивидуальный
7	Техника прыжка в длину с разбега	1	15.09	индивидуальный
8	Техника челночного бега	1	17.09	индивидуальный
9	Метание малого мяча на дальность	1	21.09	индивидуальный
10	Метание малого мяча на точность	1	22.09	индивидуальный
11	Развитие скоростно-силовых способностей	1	24.09	фронтальный
Раздел 2. Кроссовая подготовка (14 ч.)				
12	Равномерный бег 3 мин	1	28.09	индивидуальный
13	Бег с преодолением препятствий	1	29.09	фронтальный
14	Равномерный бег 4 мин	1	01.10	индивидуальный
15	Челночный бег 3x10 м	1	05.10	фронтальный
16	Равномерный бег 5 мин	1	06.10	индивидуальный
17	Упражнения на развитие выносливости	1	08.10	фронтальный
18	Равномерный бег 6 мин	1	12.10	индивидуальный
19	Тестирование челночного бега	1	13.10	индивидуальный
20	Равномерный бег 7 мин	1	15.10	индивидуальный
21	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	19.10	индивидуальный
22	Равномерный бег 8 мин	1	20.10	индивидуальный
23	Беговые упражнения	1	22.10	индивидуальный
24	Равномерный бег 9 мин	1	26.10	индивидуальный
25	Упражнения на развитие выносливости	1	27.10	индивидуальный
Раздел 3. Подвижные игры (18 ч.)				
26	Игра «К своим флажкам»	1	29.10	фронтальный

27	Игра «Два мороза»	1	09.11	фронтальный
28	Развитие скоростно-силовых способностей	1	10.11	фронтальный
29	Игра «Пятнашки»	1	12.11	фронтальный
30	Игра «Посадка картошки», эстафеты	1	16.11	фронтальный
31	Эстафеты	1	17.11	фронтальный
32	Игры: «Посадка картошки», «Два мороза»	1	19.11	фронтальный
33	Игры: «Попади в мяч», «Верёвочка под ногами»	1	23.11	фронтальный
34	Развитие скоростно-силовых способностей	1	24.11	фронтальный
35	Игра «Прыгающие воробушки»	1	26.11	фронтальный
36	Игра «Зайцы в огороде». Эстафеты	1	30.11	фронтальный
37	Развитие скоростно-силовых способностей	1	01.12	фронтальный
38	Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»	1	03.12	фронтальный фронтальный
39	Игра «Лисы и куры»	1	07.12	фронтальный
40	Игра «Точный расчет»	1	08.12	фронтальный
41	Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты	1	10.12	фронтальный
42	Игры. Эстафеты	1	14.12	групповой
43	Развитие скоростно-силовых способностей	1	15.12	фронтальный
Раздел 4. Гимнастика (17 ч.)				
44	Кувырок вперед	1	17.12	индивидуальный
45	Стойка на лопатках	1	21.12	индивидуальный
46	Акробатика. Вращение обруча	1	22.12	индивидуальный
47	Развитие координационных способностей	1	24.12	индивидуальный
48	Прыжки на скакалке	1	28.12	индивидуальный
49	Висы. Строевые упражнения	1	11.01	
50	Тестирование вися на время	1	12.01	индивидуальный
51	Развитие силовых способностей	1	14.01	индивидуальный
52	В вися поднимание согнутых и прямых ног	1	18.01	индивидуальный
53	Подтягивание в вися	1	19.01	индивидуальный
54	Вис на согнутых руках. Подтягивание в вися	1	21.01	индивидуальный
55	Лазанье и перелазание по гимнастической стенке	1	25.01	индивидуальный
56	Различные виды перелазаний	1	26.01	индивидуальный
57	Тестирование наклона вперед из положения стоя	1	28.01	индивидуальный
58	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из вися лежа, согнувшись	1	01.02	индивидуальный
59	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	02.02	индивидуальный
60	Тестирование прыжка в длину с места	1	04.02	индивидуальный

Раздел 5. Подвижные игры на основе баскетбола (22 ч.)				
61	Т.Б. по подвижным играм. Ловля и передача мяча в движении	1	08.02	фронтальный
62	Броски в цель	1	09.02	индивидуальный
63	Развитие координационных способностей	1	11.02	фронтальный
64	Ведение мяча на месте	1	15.02	фронтальный
65	Броски и ловля мяча в парах	1	16.02	фронтальный
66	Броски мяча способом «снизу»	1	18.02	фронтальный
67	Броски мяча способом «сверху»	1	22.02	фронтальный
68	Ведение мяча и броски в цель	1	25.02	фронтальный
69	Упражнения и подвижные игры с мячом	1	01.03	фронтальный
70	Ведение на месте правой и левой рукой	1	02.03	фронтальный
71	Ловля и передача мяча в движении	1	04.03	фронтальный
72	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	1	09.03	индивидуальный
73	Эстафеты с мячом	1	11.03	индивидуальный
74	Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»	1	15.03	групповой
75	Броски набивного мяча из-за головы на дальность	1	16.03	групповой
76	Ловля и передача мяча в движении	1	18.03	фронтальный
77	Ведение на месте правой и левой рукой в движении	1	29.03	индивидуальный
78	Броски в цель	1	30.03	индивидуальный
79	Круговая тренировка	1	01.04	индивидуальный
80	Подвижные игры с мячом	1	05.04	индивидуальный
81	Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом	1	06.04	индивидуальный
82	Эстафеты с мячом	1	08.04	индивидуальный
Раздел 6. Кроссовая подготовка (7 ч.)				
83	Правила ТБ.	1	12.04	индивидуальный
84	Беговые упражнения	1	13.04	индивидуальный
85	Равномерный бег 3 минуты	1	15.04	индивидуальный
86	Равномерный бег 5-6 минут	1	19.04	индивидуальный
87	Равномерный бег 7-8 минут	1	20.04	индивидуальный
88	Бег с преодолением препятствий	1	22.04	индивидуальный
89	Подвижные игры	1	26.04	индивидуальный
Раздел 7. Легкая атлетика (15 ч.)				
90	Правила ТБ. Бег с ускорением	1	27.04	индивидуальный
91	Тестирование прыжка в длину с места	1	29.04	индивидуальный
92	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	1	03.05	индивидуальный

97	Тестирование прыжков на скакалке	1	13.05	индивидуальный
98	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа, согнувшись	1	17.05	групповой
99	Бег на 1000 м	1	18.05	индивидуальный
100	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4–5 м	1	20.05	фронтальный
101	Эстафеты	1	24.05	фронтальный
102	Развитие скоростных качеств	1	25.05	фронтальный
103	Бег на 60 метров	1	27.05	фронтальный
104	Подвижные игры	1	31.05	фронтальный

СОГЛАСОВАНО
 Протокол заседания
 педагогического совета
 № 2 от 26 августа 2021 года
 С. А. Видюков
 подпись расшифровка подписи



СОГЛАСОВАНО
 Заместитель директора по
 учебно-воспитательной работе
 И.Н. Халаимова
 подпись расшифровка подписи