

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



С.А.Видюков
Ф.И.О.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

основное общее образование (5 класс)

Количество часов 70 Уровень базовый

Учитель Видюков Артем Сергеевич

Программа разработана на основе программы основного общего образования. В.И.Лях.-М.: Просвещение; 2017.

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 5 класса разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования на основе следующих основных федеральных, региональных и муниципальных нормативно-правовых документов:

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

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

- Областной закон от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области».

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

- постановление 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»;

- постановление 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);

- постановление 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).

- приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № **1897** «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

- приказ 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.);

- приказ 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»

- приказ 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»;

- приказ 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»;

- приказ 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»;

- 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»;

- приказ 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»;

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

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

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

- письмо Минобрнауки 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.

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

1. М.Я.Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова. Физическая культура. 5-7 классы. - М.: Просвещение, 2020.;

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 приёмах 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.

На изучение физической культуры в 5 классе выделяется 70 часов (2 ч в неделю). Календарно-тематическое планирование рассчитано на 70 часов (35 учебных недель).

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(11 ч). 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 полу переворот 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 виса 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 (22 ч)

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 (27 ч)

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 5-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;

Обучающийся получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- выполнять тестовые нормативы ВФСК ГТО.

Календарно-тематическое планирование

№	Дата	Тема	К-во часов	Форма контроля
		Основы знаний (1ч)		
1	07.09	Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики. Олимпийские игры в древности	1	Фронтальный
		<i>Легкая атлетика(14ч)</i>		
2	07.09	Совершенствование техники высокого старта	1	Фронтальный
3	14.09	Обучение стартовому разгону	1	Фронтальный
4	16.09	Обучение финальному усилию. Эстафеты	1	Групповой
5	21.09	Бег с ускорением до 30-40м	1	Индивидуаль
6	23.09	Развитие скоростных способностей	1	Фронтальный
7	28.09	Сдача контрольного норматива - бег 60 м	1	Индивидуаль
8	30.09	Эстафеты с бегом	1	Фронтальный
9	05.10	Сдача контрольного норматива - бег 1000м	1	Индивидуаль
10	07.10	Метание мяча с 4-5 шагов разбега	1	Фронтальный
11	12.10	Сдача контрольного норматива – метание мяча на дальность	1	Индивидуаль
12	14.10	Обучение технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	Фронтальный
13	13.10	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	1	Фронтальный
14	19.10	Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание»	1	Фронтальный
15	21.10	Развитие выносливости. Преодоление препятствий	1	Индивидуаль
		Основы знаний (1ч)		
16	26.10	Инструктаж по ТБ на уроках футбола. Осанка как показатель физического развития	1	Фронтальный
		<i>Футбол (6ч)</i>		
17	28.10	Обучение удару по неподвижному и катящемуся мячу	1	Фронтальный
18	09.11	Совершенствование удара по мячу	1	Фронтальный
19	11.11	Остановка катящегося мяча	1	Фронтальный
20	16.11	Ведение мяча носком ноги, внутренней и внешней подъема стопы	1	Индивидуаль
21	18.11	Обучение тактическим действиям в нападении и защите	1	Фронтальный
22	19.11	Игра в мини - футбол по правилам	1	Групповой
		<i>Волейбол (10ч)</i>		
23	23.11	Обучение стойке волейболиста, передвижениям Инструктаж по ТБ на уроках волейбола	1	Фронтальный
24	25.11	Оценка техники стойки и передвижений игроков	1	Индивидуаль
25	30.11	Обучение передаче мяча двумя руками над собой	1	Фронтальный
26	02.12	Передача мяча в парах	1	Групповой

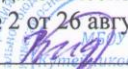
27	07.12	Обучение приему мяча после набрасывания	1	Фронтальный
28	09.12	Прием мяча у стены	1	Фронтальный
29	14.12	Прием мяча в парах	1	Групповой
30	16.12	Обучение нижней подаче мяча	1	Фронтальный
31	21.12	Совершенствование подачи мяча в стену	1	Фронтальный
32	23.12	Сдача контрольного норматива – подача мяча через сетку	1	Индивидуаль
		Основы знаний (1ч)		
33	28.12	Режим дня. Основное содержание и планирование	1	Фронтальный
		Гимнастика (11ч)		
34	11.01	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Утренняя зарядка и ее влияние на работоспособность	1	Фронтальный
35	13.01	Кувырок вперед. Обучение передвижению по бревну (д)	1	Индивидуаль
36	18.01	Кувырок назад. Разучивание комбинации на бревне (д)	1	Фронтальный
37	20.01	Стойка на лопатках. Совершенствование комбинации из упражнений на бревне (д)	1	Индивидуаль
38	25.01	«Мост» из положения лежа (д). Упражнения на брусьях (м)	1	Индивидуаль
39	27.01	Разучивание комбинации из акробатических элементов	1	Фронтальный
40	01.02	Совершенствование акробатической комбинации	1	Фронтальный
41	03.02	Упражнения в висах и упорах. Оценка техники выполнения акробатической комбинации	1	Индивидуаль
42	08.02	Обучение упражнениям ритмической гимнастики	1	Фронтальный
43	10.02	Развитие гибкости. Мини-комплекс ритмической гимнастики	1	Индивидуаль
44	15.02	Обучение танцевальным движениям	1	Групповой
		Основы знаний (2ч)		
45	17.02	Физкультминутки и их значение для профилактики утомления	1	Фронтальный
46	22.02	Правила закаливания	1	
		Баскетбол (11ч)		
47	24.02	Инструктаж по ТБ на уроках баскетбола. Перемещение в стойке. Остановки	1	Фронтальный
48	01.03	Комбинации из освоенных элементов	1	Индивидуаль
49	03.03	Обучение ловле и передаче мяча на месте		Индивидуаль
50	10.03	Обучение ловле и передаче мяча в движении	1	Фронтальный
51	15.03	Обучение технике ведения мяча на месте	1	Фронтальный
52	17.03	Обучение технике ведения мяча в движении по прямой	1	Индивидуаль
53	29.03	Обучение технике ведения мяча с изменением направления	1	Фронтальный
54	31.03	Обучение Броскам мяча одной рукой от плеча	1	Фронтальный

55	05.04	Обучение броскам двумя руками от груди	1	Индивидуа
56	07.04	Вырывание и выбивание мяча	1	Индивидуа
57	12.04	Комбинации из освоенных элементов. Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Групповой
		Способы двигательной деятельности (1ч)		
58	14.04	Составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток	1	Индивидуа
		Легкая атлетика (8ч)		
59	19.04	Развитие выносливости. Гладкий бег	1	Индивидуа
60	21.04	Сдача контрольного норматива - бег 1000	1	Индивидуа
61	26.04	Сдача нормативов комплекса ГТО	1	Индивидуа
62	28.04	Сдача контрольного норматива – бег 60	1	Индивидуа
63	03.05	Развитие скоростных способностей. Техники метания мяча на дальность	1	Фронтальн
64	05.05	Сдача контрольного норматива - метание мяча на дальность	1	Индивидуа
65	10.05	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	1	Фронтальн
66	12.05	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	1	Фронтальн
67	17.05	Сдача контрольного норматива - прыжок в длину с разбега	1	Индивидуа
68	19.05	Развитие скоростных способностей	1	Фронтальн
69	24.05	Развитие скоростных способностей	1	Фронтальн
70	26.05	Подвижные игры		

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
педагогического совета

№ 2 от 26 августа 2021 года

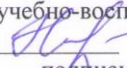
 С.А. Видюков

подпись подпись расшифровка подписи



СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
учебно-воспитательной работе

 И.Н. Халаимова

подпись

расшифровка