***Календарно – тематическое планирование по физической культуре для учащихся 2 класса – 3 часа в неделю.***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **Уро-ка** | **Дата** | | **Наименова-ние**  **раздела программы** | **Тема**  **урока** | **Кол – во**  **часов** | **Основные понятия и термины** | **Вид контроля** | **Применение новых технологий** |
| **план** | **факт** |
| 1. |  |  | I четверть  **Легкая атлетика**  **11 ч.**  *Ходьба и бег 9 ч.* | Инструктаж по технике безопасности.  Ходьба и бег | 1 | Инструктаж по ТБ. ОРУ. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20 м. Игра «Пятнашки» |  |  |
| 2,3 |  |  |  | Развитие скоростных и координационных способностей | 2 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | Текущий |  |
| 4,5 |  |  |  | Развитие скоростных и координационных способностей. Бег 30 м. | 2 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | Текущий |  |
| 6,7 |  |  |  | Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. | 2 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей | Текущий |  |
| 8,9 |  |  |  | Развитие скоростных и координационных способностей. Бег 60 м. | 2 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей | Текущий |  |
| 10,11 |  |  | *Прыжки 6 ч.* | Прыжок с места. | 2 | Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | текущий |  |
| 12,13 |  |  |  | Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. | 2 | Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с высоты до 40 см. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | текущий |  |
| 14,15 |  |  |  | Прыжок с высоты до 40 см.Эстафеты. Челночный бег. | 2 | Прыжок с высоты до 40 см. ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | текущий |  |
| 16,17 |  |  | *Метание 6ч.* | Метание малого мяча в горизонтальную цель | 2 | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий |  |
| 18,19 |  |  |  | Метание малого мяча в вертикальную цель | 2 | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 20,21 |  |  |  | Развитие скоростно-силовых способностей | 2 | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления». Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 22,23 |  |  | *Подвижные игры 24 ч.* | Игра «К своим флажкам» | 2 | ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 24 |  |  |  | Игра «Два мороза». | 1 | ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 25,26 |  |  |  | Развитие скоростно-силовых способн | 2 | ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 27 |  |  |  | Игра «Пятнашки», | 1 | ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 28,29 |  |  |  | Игра «Посадка картошки», эстафеты. | 2 | ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 30,31 |  |  |  | Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. | 2 | ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 32 |  |  |  | Игры: « Посадка картошки », «Два мороза». | 1 | ОРУ. Игры: « Посадка картошки », «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 33,34 |  |  |  | Игры: « Попади в мяч », «Верёвочка под ногами». | 2 | ОРУ. Игры: « Попади в мяч », «Верёвочка под ногами». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способн. | текущий |  |
| 35 |  |  |  | Развитие скоростно-силовых способностей | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 36 |  |  |  | Игра «Прыгающие воробушки» | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 37 |  |  |  | Игра «Зайцы в огороде». Эстафеты. | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 38 |  |  |  | Развитие скоростно-силовых способностей | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 39 |  |  |  | Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 40 |  |  | II четверть | Игра «Лисы и куры» | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 41 |  |  |  | Игра «Точный расчет». | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 42,43 |  |  |  | Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. | 2 | ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 44 |  |  |  | Игры. Эстафеты. | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 45 |  |  |  | Развитие скоростно-силовых способностей | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 46 |  |  | *Гимнастика 23 ч.*  Акробатика.  Строевые упражнения 6 ч. | Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги | 1 | Инструктаж по ТБ . Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два .Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. | текущий |  |
| 47 |  |  |  | Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону | 1 | Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Название гимнастических снарядов | текущий |  |
| 48 |  |  |  | Акробатика.  Строевые упражнения | 1 | Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Название гимнастических снарядов | текущий |  |
| 49 |  |  |  | Развитие координационных способностей | 1 | Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Выполнение комбинации из разученных элементов. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 50 |  |  |  | Выполнение комбинации из разученных элементов. | 1 | Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Выполнение комбинации из разученных элементов. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 51 |  |  |  | Кувырок в сторону | 1 | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Игра «Фигуры» | текущий |  |
| 52,53 |  |  | Висы.  Строевые упражнения 9 ч. | Висы.  Строевые упражнения | 2 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей | текущий |  |
| 54 |  |  |  | Вис стоя и лежа. | 1 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей | текущий |  |
| 55,56 |  |  |  | Развитие силовых способностей | 2 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей | текущий |  |
| 57 |  |  |  | В висе поднимание согнутых и прямых ног | 1 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей | текущий |  |
| 58 |  |  |  | Подтягивание в висе. | 1 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей | текущий |  |
| 59,60 |  |  |  | Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе | 2 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей | текущий |  |
| 61,62 |  |  | Опорный прыжок,  Лазание 9 ч. | Опорный прыжок,  лазание | 2 | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 63 |  |  |  | Лазание по наклонной скамейке | 1 | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 64,65 |  |  |  | Лазание по гимнастической стенке | 2 | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 66 |  |  |  | Развитие координационных способностей | 1 | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 67 |  |  |  | Перелезание через коня, бревно. | 1 | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 68 |  |  |  | Стойка на двух и одной ноге на бревне | 1 | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 69 |  |  | Подвижные игры на основе баскетбола  24 ч. | Т.Б. по подв.играм  Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 70 |  |  |  | Броски в цель. Игра «Попади в обруч» | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 71 |  |  |  | Развитие координационных способностей | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 72 |  |  |  | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 73 |  |  |  | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 74 |  |  |  | Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 75 |  |  |  | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 76 |  |  |  | Ведение на месте Броски в цель | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 77 |  |  |  | Броски в цель. Игра «Передал – садись». | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 78 |  |  |  | Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 79 |  |  |  | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 80 |  |  |  | Броски в цель. ОРУ. Игра «Мяч соседу». | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 81 |  |  |  | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 82 |  |  |  | Ведение на месте правой и левой рукой. Игра «Передача мяча в колоннах». | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 83 |  |  |  | Эстафеты. Развитие координационных способностей | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 84 |  |  |  | Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 85 |  |  |  | Эстафеты. Развитие координационных способностей | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 86 |  |  |  | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 87 |  |  |  | Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 88 |  |  |  | Броски в цель. Игра «Мяч в корзину». | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 89 |  |  |  | Ведение на месте правой и левой рукой в движении Броски в цель. Игра «Мяч в корз | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 90 |  |  |  | Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 91 |  |  |  | Броски в цель. Игра «Передал – садись». | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 92 |  |  |  | Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Развитие координационных способностей | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | текущий |  |
| 93 |  |  | Легкая атлетика 10 ч. | Правила ТБ | 1 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | текущий |  |
| 94 |  |  |  | Разновидности ходьбы. Бег с ускорением | 1 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | текущий |  |
| 95 |  |  |  | Бег с ускорением 30 м. Челночный бег. Игра «Пятнашки» | 1 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Челночный бег. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей | текущий |  |
| 96 |  |  |  | Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | 1 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Челночный бег. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей | текущий |  |
| 97 |  |  |  | Прыжок в высоту с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. | 1 | Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в высоу с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способн | текущий |  |
| 98 |  |  |  | Прыжок с места. Игра «К своим флажкам". | 1 | Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в высоту с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способн | текущий |  |
| 99 |  |  |  | Прыжок в высоту с 4–5 шагов разбега. Развитие скор и координа-ционных способн | 1 | Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в высоту с 4–5 шагов разбега. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей | текущий |  |
| 100 |  |  |  | Метание малого мяча в горизонт.и вертикальную цель | 1 | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способн | текущий |  |
| 101 |  |  |  | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстоян 4–5 м. Эстафеты. | 1 | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | текущий |  |
| 102 |  |  |  | Развитие скоростно-силовых качеств | 1 | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча, вперед вверх на дальность и на заданное расстояние. Игра «Зайцы в огороде». Развитие с-сил кач | Текущий |  |
|  |  |  |  | ИТОГО | 102 |  |  |  |