

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 2 класс

Дата	№ урока	Тема урока	Содержание урока	Характеристика деятельности учащихся
1.09	1	Лџа Инструктаж по ТБ. Ходьба с преодолением препятствий и по разметкам.	Инструктаж по ТБ. Равномерный медленный бег 3 мин. Разновидности ходьбы. Бег с ускорением 20 м. Игра «Пятнашки».	<p>Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (<i>до 60 м</i>), равномерным медленным бегом до 1 км. Преодолевать простейшие препятствия.</p> <p>Описывать технику беговых упражнений</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике беговых упражнений</p> <p>Осваивать технику бега различными способами; универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении беговых упражнений; универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений</p> <p>Знать правила ТБ, понятие «короткая дистанция».</p>
2	2	Лџа Челночный бег 3 × 10 м	Равномерный медленный бег 4 мин. Специально-беговые упражнения. Бег с ускорением. Игра «Пятнашки». Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
3	3	Лџа Челночный бег 3 × 10 м. Контроль	Равномерный медленный бег 4 мин. Специально-беговые упражнения. Бег с ускорением. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
8	4	Лџа Бег 30 м.	Специально-беговые упражнения. Бег с ускорением. Игра «Пятнашки». Развитие скоростных и координационных способностей	
9	5	Лџа Бег 30 м. Контроль	Равномерный медленный бег 5 мин. Специально-беговые упражнения. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пустое место». Развитие скоростных и координационных способностей	
10	6	Лџа Бег с ускорением 60 м.	Равномерный медленный бег 6 мин. Разновидности ходьбы. Бег с ускорением 60 м. Игра «Вызов номеров». Развитие скоростных и координационных способностей	
15	7	Лџа Равномерный бег 7 мин.	Равномерный бег 7 мин. Чередование ходьбы и бега бег - 60 м, ходьба - 90 м. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	
16	8	Лџа Равномерный бег 8 мин.	Равномерный бег 8 мин ОРУ. Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости.	
17	9	Лџа Бег 1 км без учета времени	Бег 1 км без учета времени. Игра «День и ночь». Развитие выносливости.	
22	10	Лџа Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов.	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
23	11	Лџа Прыжок в длину с разбега в 7-9 шагов.	Прыжок в длину с разбега в 7-9 шагов. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
24	12	Лџа Прыжок в длину с разбега. Контроль	Прыжок в длину с разбега. Развитие скоростных и координационных способностей	
29	13	Лџа Метание малого мяча в горизонтальную цель	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2 × 2 м) с расстояния 4-5 м. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Защита укрепления»	
30	14	Лџа Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность	Метание малого мяча в вертикальную цель (2 × 2 м) с расстояния 4-5 м. Метание набивного мяча. Эстафеты. Игра «Точно в мишень». Развитие скоростно-силовых способностей	
1.10	15	Лџа Метание мяча на дальность. Контроль	Метание мяча на дальность.	
6	16	Лџа Полоса препятствий	Полоса препятствий. Развитие скоростно-силовых	

			способностей	
7	17	П(и (ф)б) Инструктаж по ТБ. Ведение и остановка катящегося мяча.	Инструктаж по ТБ. Ведение и остановка мяча. Игра «Слалом с мячом»	<p>Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием</p> <p>Осваивать универсальные действия в самостоятельной организации и проведения подвижных игр, двигательные действия составляющие содержание подвижных игр, универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности</p> <p>Излагать правила и условия проведения подвижных игр</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх</p> <p>Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач</p> <p>Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности</p>
8	18	П(и (ф)б) Ведение и остановка катящегося мяча	Ведение и остановка мяча. Игра «Метко в цель». Развитие скоростных и координационных способностей	
13	19	П(и (ф)б) Ведение мяча с броском по воротам	Ведение мяча с броском по воротам Игра «Гонка мячей». Развитие скоростных и координационных способностей.	
14	20	П(и (ф)б) Ведение мяча с броском по воротам	Ведение мяча с броском по воротам Игра «Футбольный бильярд». Развитие скоростных и координационных способностей	
15	21	Г Инструктаж по ТБ. Размыкание и смыкание приставными шагами. Олимпийские игры	Инструктаж по ТБ. Размыкание и смыкание приставными шагами. Игра «Запрещенное движение» Развитие координационных способностей. Понятие «олимпийские игры» (с.11-13)	<p>Уметь: выполнять строевые команды</p> <p>Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений</p> <p>Различать и выполнять строевые команды «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Смирно!» «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».</p>
20	22	Г Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Игра «Фигурь». Развитие координационных способностей. Понятие «чемпион» (с.13-14)	
21	23	Г Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Скелет и мышцы человека.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Игра «Светофор». Развитие координационных способностей. Части скелета человека (с.18-20).	
22	24	Г акр. Группировка. Перекаты в группировке. Осанка человека.	Основная стойка. Построение в колонну по одному. Группировка, перекаты. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координац. способностей. Влияние осанки на здоровье (с.20-22).	
27	25	Г акр. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Осанка человека.	Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ на осанку (с.23). Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей.	<p>Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации</p> <p>Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений</p> <p>Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций; универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений</p> <p>Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упр.</p>
28	26	Г акр. Упоры, седы, упражнения в группировке. Стопа человека.	Основная стойка. Построение в 2 шеренги. Группировка. Перекаты в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей. Функции стопы (с.23-26).	
29	27	Г акр. Стойка на лопатках. Одежда для занятий ф.у.	Основная стойка. Стойка на лопатках. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей. Значение одежды (с.39).	
10.11	28	Г акр. Стойка на лопатках, согнув ноги.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, в сторону, стойка на лопатках, согнув ноги. Игра «Фигурь». Развитие координационных способностей	
11	29	Г акр. Перекаты вперед	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекаат вперед в упор присев. Игра «Светофор». Развитие координационных способностей	
12	30	Г акр. Кувырок вперед.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей.	

17	31	Г акр. Кувырок в сторону. Правильный режим дня.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. Игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей. Понятие о ЗОЖе (с.28-29).	
18	32	Г. акр. Акробатическая комбинация. Контроль	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Акробатическая комбинация. Игра «Светофор». Развитие координационных способностей	
19	33	Г сн. Вис стоя и лежа. Режим дня.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей. Составление режима дня (с.29-32).	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, опорный прыжок, прыжки с высоты, в высоту, с места, упражнения в равновесии на повышенной опоре.</p> <p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах, универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании гимнастических упражнений</p> <p>Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений и комбинаций</p>
24	34	Г сн. Поднимание согнутых и прямых ног в висе	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Подтягивания в висе. Игра «Ветер, дождь, гром, молния». Развитие силовых способностей	
25	35	Г сн. Вис на согнутых руках.	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей	
26	36	Г сн. Стойка на бревне.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелазание через коня, бревно. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей	
1.12	37	Г сн. Комбинация на бревне	Построения и перестроения. ОРУ с палками. Комбинация на бревне. Игры «Парашютист», «Кто приходил?». Развитие координационных способностей	
2	38	Г сн. Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла	Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Фигуры». Развитие силовых способностей	
3	39	Г сн. Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла	Строевые приемы на месте и в движении. ОРУ с предметами. Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла. Игра «Обезьянки».	
8	40	Г сн. Прыжки в длину с места.	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
9	41	Г сн. Прыжок с высоты (до 40 см). Закаливание	Прыжок с высоты (до 40 см). ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. Простейшие закаливающие процедуры (с.40-44)	
10	42	Г сн. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. Профилактика нарушений зрения.	Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. Игра «Резиночка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. Причины утомления глаз.	
15	43	Г сн. Прыжок в высоту с разбега. Оценка правильности осанки.	Прыжок в высоту с разбега Развитие скоростных и координационных способностей. Контроль за осанкой (с.22).	
16	44	Г сн. Комбинация на низкой	Строевые приемы на месте и в движении. Игра «Тише	

		перекладине	едешь – дальше будешь»	
17	45	Г Лазание по наклонной скамейке в упоре присев. Прыжки со скакалкой.	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	<p>Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок, подтягиваться в вися на высокой и низкой перекладине</p> <p>Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений прикладной направленности; универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании гимнастических упражнений прикладной направленности</p> <p>Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности</p>
22	46	Г Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Прыжки со скакалкой.	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей.	
23	47	Г Подтягивание по наклонной скамейке лежа на животе.	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей.	
24	48	Г Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Ф.у. для утренней гимнастики.	Перешагивание через набивные мячи. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей. Составление комплекса упр (с.35-37).	
12.01	49	Г Перелазание через коня, бревно.	Перешагивание через набивные мячи. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке. Перелазание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей	
13	50	Г Подтягивание в вися на высокой и низкой перекладине. Контроль	Подтягивание в вися на высокой и низкой перекладине. Строевые приемы на месте и в движении. Построения и перестроения. ОРУ в парах. Игра «Обезьянки»	
14	51	Г Гимнастическая полоса препятствий.	Строевые приемы на месте и в движении. Построения и перестроения. ОРУ в парах. Гимнастическая полоса препятствий. Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы».	
19	52	П(и б\б)Ловля и передача мяча в движении.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.	
20	53	П(и б\б)Ведение мяча на месте. Ф.у для физкультминуток	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей. Комплекс упр (37-38).	
21	54	П(и б\б)Броски в цель. Ф.у для расслабления мышц.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель. ОРУ для расслабления мышц. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.	
26	55	П(и б\б)Ведение на месте. Броски в цель.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	
2.02	56-57	П(и) на свежем воздухе	П(и) на свежем воздухе.	
3,4	58	Лыж Лыжная подготовка. Инструктаж по ТБ	Инструктаж по ТБ. Тренировка в построении с лыжами в руках, на лыжах, в переноске лыж, одевание лыж	<p>Уметь: организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Осваивать: технику скользящего шага, поворотов, спусков и подъемов; характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и задачами урока</p> <p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций до 1 км разученными способами передвижения.</p> <p>Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.</p> <p>Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов, падений.</p>
	59-60	Лыж Передвижение на лыжах ступающим шагом	Повторение ступающего шага. Передвижение в колонне с лыжами. Оценка самочувствия по субъективным признакам. Игра «По местам».	
9,10	61-62	Лыж Ходьба и повороты приставными шагами.	Ходьба и повороты приставными шагами. Передвижение скользящим шагом без помощи палок. Игра без лыж «Прыгаем до елки», «Перестрелка».	
11,16	63-64	Лыж Повороты на месте переступанием вокруг носков и пяток. Падения	Продвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции. Повороты на месте переступанием вокруг носков и пяток. Падения на бок, на месте и в движении под уклон. Игра «День и ночь».	

17,18	65-66	Лыж Прохождение дистанции до 1000м	Совершенствование умения передвижения скользящим шагом до 1000 метров. Игра «Охотники и олени».	<i>Проявлять</i> координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов <i>Определять</i> внешние признаки собственного недомогания	
23,24	67-68	Лыж Спуски в основной стойке, торможение падением	Повороты и шаги в стороны приставными шагами. Обучение спуску в основной стойке, торможение падением и палками. Прохождение дистанции до 1000 м скользящим шагом.		
25, 2.03	69-70	Лыж Передвижение скользящим шагом. Спуски и подъёмы.	Передвижение скользящим шагом по учебной лыжне. Совершенствование умения спуска в основной стойке и подъема на небольшое возвышение. Игра «Кто дольше прокатится».		
3,4	71-72	Лыж Попеременный двухшажный ход	Освоение техники лыжных ходов. Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.		
9	73	Лыж Прохождение дистанции до 1500 метров	Повороты приставными шагами. Обучение спуску в основной стойке, торможение падением. Прохождение дистанции до 1500 метров		
10	74	Лыж Попеременный двухшажный ход	Продвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции. Повороты на месте переступанием вокруг носков и пяток. Падения на бок, на месте и в движении под уклон. Игра «День и ночь».		
11,16	75-76	Лыж Прохождение дистанции	Совершенствование умения передвижения скользящим шагом до 1000 метров. Игра «Охотники и олени».		
17	77	Лыж Игры с бегом на лыжах и без лыж	Игры с бегом на лыжах и без лыж. Подвижная игра «на буксире», «Попади в цель», «Кто самый быстрый».		
18	78	П\и (в\б) Инструкция по ТБ Ловля и передача мяча партнёру	Инструкция по ТБ. Ловля и передача мяча партнёру. Развитие координационных способностей.		<i>Уметь:</i> владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр <i>Описывать</i> разучиваемые технические действия из спортивных игр <i>Осваивать</i> технические действия из спортивных игр; универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности <i>Моделировать</i> технические действия в игровой деятельности <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр
30	79	П\и (в\б) Прямая нижняя и боковая передача мяча	Прямая нижняя и боковая подача мяча. Развитие координационных способностей. Эстафеты с мячом		
31	80	П\и (в\б) Прямая нижняя и боковая передача мяча	Прямая нижняя и боковая подача мяча. Игра «Волна». Развитие координационных способностей		
1.04	81	П\и (в\б) Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние. Ф.у. для профилактики осанки.	Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние. Игра «Неудобный бросок». Развитие координационных способностей. Составление комплекса упр.		
6	82	П\и (в\б) Мини-волейбол	Мини-волейбол. Развитие координационных способностей.		
7	83	П\и (бадминтон) Поддачи с левой и правой сторон. Ф.у. для профилактики плоскостопия.	Подбрасывание волана на заданную высоту. Поддачи мяча с левой и правой сторон. Комплекс упр.		
8	84	П\и (бадминтон) Поддачи с левой и правой сторон	Поддачи мяча с левой и правой сторон. Игра в парах через сетку. Игра «Перелет птиц».		
13	85	П\и (бадминтон) Игра в парах через сетку.Ф.у. для профилактики зрения.	Игра в парах через сетку. Составление комплекса упр(с.89-92).		
14	86	П\и (теннис) Подбрасывание теннисного мяча на заданную высоту. Двигательные качества.	Подбрасывание теннисного мяча на заданную высоту. Двигательные качества человека (с.80).		
15	87	П\и (теннис) Подбрасывание теннисного мяча на заданную высоту. человекаФ.у для развития основных	Подбрасывание теннисного мяча на заданную высоту. Комплекс упр(с.81-88).		

	двигательных качеств		
88	Л\а Инструкция по ТБ. Челночный бег.	Инструкция по ТБ. Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Вызов номера». Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	<p>Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м), равномерным медленным бегом до 8 мин. Преодолевать простейшие препятствия.</p> <p>Описывать технику беговых упражнений</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике беговых упражнений</p> <p>Осваивать технику бега различными способами</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении беговых упражнений</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений</p>
89	Л\а Бег (30 м). Контроль	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
90	Л\а Бег (60 м). Подвижная игра «День и ночь».	Равномерный, медленный бег до 5 мин. Бег в заданном коридоре. Бег (60 м). Игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей и выносливости	
91	Л\а Р авномерный бег (7 мин).	Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	
92	Л\а Р авномерный бег (8 мин).	Равномерный бег (8 мин).. Чередование ходьбы и бега . Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости.	
93	Л\а Кросс 1 км без учета времени. Контроль	Развитие выносливости. Кросс 1 км без учета времени. Преодоление малых препятствий. Игра «День и ночь»	
94	Л\а Игры и эстафеты с бегом на местности.	Игры и эстафеты с бегом на местности. Преодоление препятствий	
95	Л\а Прыжок с места. Эстафеты.	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. Игра «Волк во рву». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
96	Л\а Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов.	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов..Игра «Удочка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
97	Л\а Прыжок в длину с разбега	Прыжок в длину с разбега. Игра «Резиночка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
98	Л\а Метание малого мяча на дальность	Метание малого мяча на дальность. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей	<p>Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги</p> <p>Осваивать технику прыжковых упражнений; универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении прыжковых упражнений ; универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений</p> <p>Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений</p> <p>Соблюдать правила ТБ при выполнении прыжковых упражнений</p>
99	Л\а Метание малого мяча на дальность с места. Контроль	Метание малого мяча на дальность с места. Эстафеты. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей	
100	Л\а Метание малого мяча на дальность отскока	Метание малого мяча на дальность. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	
101	П\и Игры и эстафеты с бегом на местности.	Игры и эстафеты с бегом на местности. Развитие скоростно-силовых способностей.	
102	П\и Любимые игры	Любимые игры	