

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 3 класс

Дата	№ урока	Тема урока	Содержание урока	Характеристика деятельности учащихся
1.09	1	Лџа Инструктаж по ТБ. Бег с преодолением препятствий и по разметкам.	Инструктаж по ТБ. Равномерный медленный бег 3 мин. Разновидности ходьбы. Бег с ускорением Игра «Пустое место».	<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 «Команда быстроногих». Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	
3	3	Лџа Преодоление препятствий в беге.	Равномерный медленный бег 4 мин. Специально-беговые упражнения. Игра «Салки». Развитие скоростных и координационных способностей	
8	4	Лџа Бег 30 м.	Равномерный медленный бег 5 мин. Специально-беговые упражнения. Бег с ускорением. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных и координационных способностей.	
9	5	Лџа Бег 30 м. Контроль	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. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	
16	8	Лџа Равномерный бег 8 мин.	Равномерный бег 8 мин. 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 «Гуси-лебеди». 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 «Лиса и куры». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
24	12	Лџа Прыжок в длину с разбега. Контроль	Прыжок в длину с разбега. Игра «Прыгающие воробышки». Развитие скоростных и координационных способностей	
29	13	Лџа Метание малого мяча на дальность	Метание малого мяча на заданное расстояние. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Попади в мяч»	
30	14	Лџа Метание малого мяча на дальность	Метание малого мяча на дальность Метание набивного мяча. Эстафеты. Игра «Точно в мишень». Развитие скоростно-силовых способностей.	
1.10	15	Лџа Метание мяча на дальность.	Метание мяча на дальность.	

		Контроль		
6	16	Л _а 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 «Мини-футбол»	<p>Уметь: владеть мячом (ведение, передачи, остановка неподвижного и катящегося мяча) в процессе подвижных игр</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр; универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр</p>
8	18	П _и (ф _б) Ведение с ускорением	Ведение мяча с ускорением. Игра «Мини-футбол». 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) Удар по неподвижному и катящемуся мячу	Строевые упражнения. Ходьба и бег с остановками по сигналу. Ведение мяча носком ноги и внутренней частью подъема стопы. Удар с места и небольшого разбега по неподвижному мячу. Игра Мини-футбол. Развитие скоростных и координационных способностей	
15	21	Г акр. Инструктаж по ТБ. Группировка. Перекаты в группировке. История ф.к. в древних обществах	Инструктаж по ТБ. Основная стойка. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей. Ф.к. в Междуречье, Др. Египте, Греции, Риме (с.6-11).	<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 Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Связь ф.к. с профессионально-трудовой и военной деятельностью	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаше шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей. Связь между спортом и военной деятельностью (с.11-13).	
21	23	Г Кувырок назад в упор присев История ф.к. в Европе.	Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Кувырок назад в упор присев. Игра «Что изменилось?» Развитие координационных способностей. Физическая подготовка воинов (с.11-13).	
22	24	Г акр. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Ф.к. народов разных стран.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Игра «Светофор». Развитие координационных способностей. Особенности ф.к. Др..Китай, Японии, Индии (с.14-17).	
27	25	Г акр. Кувырок вперед. Обувь и инвентарь для занятий ф.у.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей. Одежда и спортивный инвентарь для занятий в разных помещениях и сезонах.	
28	26	Г акр. Кувырки вперед .Основные двигательные качества человека.	Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед слитно . Развитие координацион. способностей. Способы развития выносливости, силы, быстроты, гибкости, ловкости (с.102-110).	<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>
29	27	Г акр. Стойка на лопатках. Правильное питание.	Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Игра «Что изменилось?» Развитие координационных способностей. Правила здорового питания (с.43-44).	
10.11	28	Г акр. Мост из положения лежа на	Строевые команды. Перекаты и группировка с последующей	

		спине.	опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей.	
11	29	Г акр. Акробатическая комбинация	Комбинация из разученных элементов: Кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. Игра «Западня». Развитие координационных способностей	
12	30	Г сн. Вис стоя и лежа.	Построение в две шеренги, в два круга. Вис стоя и лежа. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей.	
17	31	Г акр. Вис на согнутых руках.	Построение в две шеренги, в два круга. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Игра «Космонавты». Развитие силовых способностей.	
18	32	Г. акр. Подтягивания в висе.	Построение в две шеренги, в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастичес. скамейке. ОРУ с предметами. Игра «Отгадай, чей голосок». Развитие силовых способностей.	
19	33	Г сн. Гимнастическая комбинация на низкой перекладине. Правила личной гигиены	Строевые приемы на месте и в движении. Из вися стоя присев махом одной, толчком другой перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги. Игра «Тише едешь – дальше будешь». Функции кожи (с.59-60).	<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. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м).	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей.	
25	35	Г сн. Ходьба танцевальными шагами по бревну (высота до 1 м). Измерение длины и массы тела	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Ходьба танцевальными шагами по бревну (высота до 1 м). Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей. Понятие о среднем росте и весе школьника (с.48-51).	
26	36	Г сн. Повороты, подскоки со сменой ног, соскок с опорой на бревне высотой до 1м	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ногой 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. Оценка основных двигательных качеств	Строевые упражнения, перестроения в колонну по 3.ОРУ со сменой мест. Комбинация на бревне. Игра «Ниточка - иголочка». Развитие координационных способностей. Правила ведения дневника самоконтроля (с.109-110)..	
2	38	Г сн. Опорный прыжок с разбега ноги врозь через гимнастического козла	Строевые приемы на месте и в движении. ОРУ с предм. Опорный прыжок с разбега через гимнаст. козла. Игра «Обезьянки».	
3	39	Г сн. Опорный прыжок с разбега	Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла.	

		через гимнастического козла ноги врозь. Контроль		
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).	Прыжок с высоты (до 40 см). Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	
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 координац. способностей. Причины утомления глаз (с.100-102).	
15	43	Г сн. Прыжок в высоту с разбега. Оценка правильности осанки.	Прыжок в высоту с разбега Развитие скоростных и координац. способностей. Контроль за осанкой (с.52-55).	
16	44	Г Прыжки со скакалкой	Строевые команды, передвижение в колонне с перестр. в 2 и 3 колонны. ОРУ в парах. Прыжки на скакалке на 1, 2 ногах, с продвижением вперед. Эстафеты с предметами.	
17	45	Г Прыжки группами на длинной скакалке	Строевые команды, передвижение в колонне с перестр. в 2 и 3 колонны. Прыжки на скакалке на 1, 2 ногах, с продвижением вперед. Прыжки группами на длинной скакалке. Эстафеты с предметами. Развитие координационных способностей	<p>Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок, подтягиваться в виси 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 присев. Прыжки со скакалкой.	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев. Игра «Резиночка». Развитие координационных способностей	
23	47	Г Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Аисты». Развитие координационных способностей	
24	48	Г Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки	Виды стилизованной ходьбы под музыку. ОРУ под музыку. Передвижения шагом, бегом, прыжками в различных направлениях по сигналу. Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки. Развитие координационных способностей.	
12.01	49	Переноска партнера в парах	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Переноска партнера в парах. ОРУ с обручами. Игра «Медсанбат». Развитие силовых способностей.	
13	50	Г Подтягивание в виси на высокой и низкой перекладине. Контроль	Подтягивание в виси 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. Ф.у. для утренней гимнастики.	Строевые приемы на месте и в движении. Построения и перестроения. ОРУ в парах. Гимнастическая полоса препятствий. Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы». Упр для утренней гимнастики.	
19	52	П и б(б)Ловля и передача мяча в движении.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. Игра «Передал-садись». Развитие координационных способнос.	<p>Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из</p>
20	53	П и б(б)Ведение мяча в движении.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте.	

		Ф.у для физкультминуток	Броски в цель. Игра «Мяч среднему». Развитие координационных способностей. Комплекс упр.	спортивных игр Осваивать технические действия из спортивных игр; универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности Моделировать технические действия в игровой деятельности Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр
21	54	Пи (б\б) Бросок двумя руками от груди. Ф.у для профилактики нарушений осанки.	Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей. Упр. для осанки (с.54).	
26	55	Пи б\б) Ведение мяча с изменением скорости.	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. Игра «Мяч соседу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	
	56-57	Пи на свежем воздухе	Пи на свежем воздухе	
2.02	58	Лыж Лыжная подготовка. Инструктаж по ТБ	Инструктаж по ТБ. Тренировка в построении с лыжами в руках, на лыжах, в переноске лыж, одевание лыж	Уметь: организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Осваивать: технику скользящего шага, поворотов, спусков и подъемов; характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и задачами урока Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций до 1 км разученными способами передвижения; координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов, падений. Определять внешние признаки собственного недомогания
3,4	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 дистанц. 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».	
23,24	67-68	Лыж Спуски в основной стойке, торможение падением	Повороты и шаги в стороны приставными шагами. Обуч спуску в основной стойке, торможение падением и палк. Прохождение дистанции до 1000 м скользящим шагом.	
25, 2.03	69-70	Лыж Передвижение скользящим шагом. Спуски и подъёмы.	Передвижение скользящим шагом. 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.	
9	73	Лыж Прохождение дистанции до 1500 метров	Повороты приставными шагами. Обучение спуску в основной стойке, торможение падением. Прохождение дистанции до 1500 м	
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. Игра «На буксире», «Попади в цель», «Кто самый быстрый».	
18	78	Пи (в\б) Инструкция по ТБ Ловля и передача мяча партнёру	Инструкция по ТБ. Ловля и передача мяча партнёру. Развитие координационных способностей.	Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр

30	79	Пи (в\б) Прямая нижняя и боковая передача мяча	Прямая нижняя и боковая подача мяча. Развитие координационных способностей. Эстафеты с мячом	<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	
31	80	Пи (в\б) Прямая нижняя и боковая передача мяча	Прямая нижняя и боковая подача мяча. Игра «Волна». Развитие координационных способностей		
1.04	81	Пи (в\б) Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние.	Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние. Игра «Неудобный бросок». Развитие координационных способностей.		
6	82	Пи (в\б) Мини-волейбол	Мини-волейбол. Развитие координационных способностей.		
7	83	Пи (бадминтон) Поддачи с левой и правой сторон.	Подбрасывание волана на заданную высоту. Поддачи с левой и правой сторон.		
8	84	Пи (бадминтон) Поддачи с левой и правой сторон	Поддачи с левой и правой сторон. Игра в парах через сетку. Игра «Перелет птиц».		
13	85	Пи (бадминтон) Игра в парах через сетку. Ф.у. для профилактики нарушений зрения.	Игра в парах через сетку. Составление комплекса упр. (с.102)		
14	86	Пи (теннис) Подбрасывание теннисного мяча на заданную высоту. Ф.у для развития основных двигательных качеств.	Подбрасывание теннисного мяча на заданную высоту. Комплекс упр.(с.102-108)		
15	87	Пи (теннис) Подбрасывание теннисного мяча на заданную высоту.	Подбрасывание теннисного мяча на заданную высоту.		
	88	Лца 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		<i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м), равномерным медленным бегом до 8 мин. Преодолевать простейшие препятствия. <i>Описывать</i> технику беговых упражнений <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике беговых упражнений <i>Осваивать</i> 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
	89	Лца 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	Лца 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	Лца Р авномерный бег (7 мин).	Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»		
	92	Лца Р авномерный бег (8 мин).	Равномерный бег (8 мин). Чередование ходьбы и бега . Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости.		
	93	Лца Кросс 1 км без учета времени. Контроль	Кросс 1 км без учета времени. Преодоление малых препятствий. Игра «День и ночь». Развитие выносливости.		
	94	Лца Игры и эстафеты с бегом на местности.	Игры и эстафеты с бегом на местности. Преодоление препятствий		
	95	Лца 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	Лца Прыжок в длину с разбега в 3-5	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов.. Игра «Удочка».		

		шагов.	Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	прыжковых упражнений ; универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений <i>Проявлять</i> качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений <i>Соблюдать</i> правила ТБ при выполнении прыжковых упражнений
97	Лд	Прыжок в длину с разбега	Прыжок в длину с разбега. Игра «Резиночка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	
98	Лд	Метание малого мяча на дальность	Метание малого мяча на дальность. Эстафеты. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей	
99	Лд	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	Лд	Метание малого мяча на дальность отскока	Метание малого мяча на дальность. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	
101	Пи	Игры и эстафеты с бегом на местности.	Игры и эстафеты с бегом на местности. Развитие скоростно-силовых способностей.	
102	Пи	Любимые игры	Любимые игры	