

## Годовой план-график распределения учебного времени в 2 классе

№	Наименование раздела (модуль)	Кол-во часов	I	II	III	IV
<b>1. Знания о физической культуре.</b>						
1.1	Знания о физической культуре	3	2		1	
1.2	Способы самостоятельной деятельности	4			2	2
1.3	Оздоровительная физическая культура	2			2	
<b>2. Физическое развитие.</b>						
2.1	Легкая атлетика (модуль «Легкая атлетика»)	10	5			5
2.2	Гимнастика (модуль «Гимнастика с основами акробатики»)	19		19		
2.3	Танцевальные упражнения (модуль «Гимнастика с основами акробатики»)	5		5		
2.4	Лыжная подготовка (модуль «Лыжная подготовка»)	12			12	
<b>3. Подвижные и спортивные игры.</b>						
3.1	Баскетбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	7	4			3
3.2	Волейбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	7	4			3
3.3	Футбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	4				4
3.4	Подвижные игры – эстафеты (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	4			3	1
<b>4. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>						
4.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	25	9		10	6
<b>Итого:</b>		<b>102</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>30</b>	<b>24</b>

## Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

### 2 класс. 1 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
<b>Знания о физической культуре - 3 часа</b>							
1.	1	1			Вводный инструктаж по технике безопасности ИТБ № 44-03-23. История подвижных игр и соревнований у древних народов.	- Понимать и пересказывать тексты по физической культуре.  - Знать историю развития физической культуры в России.	- Формирование знаний в области физической культуры;  - Повышение физкультурной грамотности школьников;
2.	2	1			Первичный инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой ИТБ № 49-03-23. Зарождение Олимпийских игр	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках по легкой атлетике.	
3	3				Современные Олимпийские игры		
<b>Легкая атлетика - 7 часов</b>							
4	1.	1			Т/Б. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	- Координировать движения в беговых и прыжковых упражнениях.	- Формирование знаний в области физической культуры;
5	2.	1			Т/Б. Броски мяча в неподвижную мишень		- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
6	3.	1			Т/Б. Броски мяча в неподвижную мишень	- Демонстрировать технику правильного выполнения легкоатлетических упражнений.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
7	4.	1			Т/Б. Сложно координированные прыжковые упражнения		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
8	5.	1			Т/Б. Сложно координированные прыжковые упражнения	- Проявлять качества выносливости, быстроты и гибкости при выполнении беговых и прыжковых упражнений.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
9	6.	1			Т/Б. Прыжок в высоту с прямого разбега.		
10	7.	1			Т/Б. Прыжок в высоту с прямого разбега	- Применять правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;  - Формирование основ правильной

						<p>- Проявлять дисциплинированность во время выполнения легкоатлетических упражнений.</p>	<p>техники выполнения жизненно важных двигательных умений;</p> <p>- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;</p> <p>- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p>
<b>Подвижные игры - 7 часов</b>							
11	1	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИТБ № 45-03-23. Подвижные игры с приемами спортивных игр.	<p>Выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.</p> <p>Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой деятельности.</p>	<p>Научить играть в подвижные игры.</p> <p>Способствовать развитию скоростно-силовых способностей применительно к подвижным играм.</p>
12	2	1			Т/Б. Игры с приемами баскетбола.	<p>Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных ситуациях и условиях).</p> <p>- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх.</p>	<p>Способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, чувства коллективизма и взаимопонимания.</p> <p>Содействовать усвоению учащимися знаний о здоровом образе жизни.</p> <p>- Формирование знаний, умений и</p>
13	3	1		Т/Б. Игры с приемами баскетбола.			
14	4	1		Т/Б. Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч			
15	5	1		Т/Б. Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу			
16	6	1		Т/Б. Бросок мяча в колонне и неудобный бросок.			

17	7	1		Т/Б. Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Координировать движения в технических действиях в подвижных и спортивных играх.</li> <li>- Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных и спортивных играх.</li> <li>- Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности.</li> <li>- Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности.</li> <li>- Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды.</li> <li>- Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>навыков в спортивных играх;</li> <li>- Развитие коллективизма и работы в команде;</li> <li>- Формирование знаний в области физической культуры;</li> <li>- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;</li> <li>- Формирование гражданственности и патриотизма;</li> <li>- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;</li> <li>- Повышение физкультурной грамотности школьников;</li> <li>- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;</li> <li>- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;</li> <li>- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;</li> <li>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</li> </ul>
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура- 6 часов.</b>						
18	1	1		Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься</li> </ul>

19	2	1			Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	<p>физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p> <p>- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;</p> <p>- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;</p> <p>- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль.</p>
20	3	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	
21	4	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	
22	5	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	
23	6	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	
<b>Способы самостоятельной физкультурной деятельности - 1 час.</b>						
24	1				Развитие координации движений	

## Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

### 2 класс. 2 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
<b>Акробатика с основами гимнастики – 14 часов.</b>							
25.	1.	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой ИТБ № 48-03-23. Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках по гимнастике.  - Координировать движения в акробатических и гимнастических упражнениях.	- Формирование знаний в области физической культуры;  - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
26.	2.	1			Т/Б. Строевые упражнения и команды		- Формирование гражданской ответственности и патриотизма;
27.	3.	1			Т/Б. Строевые упражнения и команды.	- Демонстрировать технику правильного выполнения акробатических и гимнастических упражнений.	- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
28.	4.	1			Т/Б. Прыжковые упражнения		- Повышение физкультурной грамотности школьников;
29.	5.	1			Т/Б. Прыжковые упражнения	- Проявлять качества силы, быстроты и гибкости при выполнении акробатических и гимнастических упражнений.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
30.	6.	1			Т/Б. Гимнастическая разминка		- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;
31.	7.	1			Т/Б. Ходьба на гимнастической скамейке	- Применять правила техники безопасности при выполнении акробатических и гимнастических упражнений.	- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;
32.	8.	1			Т/Б. Ходьба на гимнастической скамейке		- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься
33.	9.	1			Т/Б. Упражнения с гимнастической скакалкой	- Проявлять дисциплинированность при выполнении учебных заданий по акробатике и гимнастике.	
34.	10	1			Т/Б. Упражнения с гимнастической скакалкой		
35.	11	1			Т/Б. Упражнения с гимнастическим мячом		

36.	12.	1			Т/Б. Упражнения с гимнастическим мячом		физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;  - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
37.	13.	1			Т/Б. Танцевальные гимнастические движения		
38.	14	1			Т/Б Танцевальные гимнастические движения		
<b>Оздоровительная физическая культура - 3 часа.</b>							
39	1	1			Закаливание организма	- Знать и понимать значимость занятиями физическими упражнениями и спортом на уроках в школе и секциях.  - Уметь распределять нагрузку на уроках и самостоятельных занятиях. Учитя контролировать самочувствие и состояние своего организма при выполнении физических упражнений.	- Формирование знаний в области физической культуры;  - Повышение физкультурной грамотности школьников;
40	2	1			Утренняя зарядка.		
41	3	1			Составление комплекса утренней зарядки.		
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура- 4 часа</b>							
42	1				Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;  - Повышение физкультурной грамотности школьников;  - Формирование знаний в области физической культуры;  - Воспитания трудолюбия, творческого
43	2				Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры		
44	3				Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса		

					ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты		отношения к учебе;
45	4				Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты		



## Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

### 2 класс. 3 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
<b>Способы самостоятельной физкультурной деятельности - 6 часов.</b>							
46	1	1			Повторный инструктаж по технике безопасности. Физическое развитие.	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
47	2.	1			Физические качества	- Изучение правил, методов процедуры закаливания в домашних условиях.  - Понимать значимость физического развития для здоровья.  - Знать упражнения с мячом.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;  - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;  - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
48	3.	1			Сила как физическое качество	-Характеризовать Олимпийские игры как яркое культурное событие древнего мира.  -Рассказывать о видах спорта, входящих в программу соревнований Олимпийских игр древности	- Пересказывать тексты о возникновении Олимпийских игр древности .  - Называть правила проведения Олимпийских игр
49	4.	1			Быстрота как физическое качество	- Иметь представления о современных Олимпийских играх	- «подвижные игры» и их разнообразие;  - «физические качества»;  - правил подвижной игры

50	5	1		Выносливость как физическое качество	- Уметь применять умения и навыки	-развитие аналитико-синтетических способностей умственной деятельности, умений работы с различной по объему и виду информацией, учебной и научной литературой;  - практическое применение знаний и умений;  -развитие навыков организации самостоятельного учебного труда и контроля его эффективностью.
51	6			Гибкость как физическое качество		
<b>Упражнения лыжной подготовки - 12 часов.</b>						
52	1	1		Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжным спортом ИОТ № 52-03-18. Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках по лыжной подготовке.  - Правильно подбирать форму одежды на уроках по лыжной подготовке.	- Формирование знаний в области физической культуры;  - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
53	2	1		Т/Б. Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом.	- Координировать движения во время передвижения на лыжах, поворотов, спусков, подъемов и торможения.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
54	3	1		Т/Б. Спуск с горы в основной стойке		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
55	4	1		Т/Б. Спуск с горы в основной стойке	- Проявлять выносливость при передвижении на лыжах.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
56	5	1		Т/Б. Подъем лесенкой	- Применять правила техники безопасности при выполнении упражнений на лыжне.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
57	6	1		Т/Б. Подъем лесенкой		- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно
58	7	1		Т/Б. Спуски и подъёмы на лыжах	- Проявлять дисциплинированность во время выполнения заданий по	

59	8	1			Т/Б. Спуски и подъёмы на лыжах	лыжной подготовке. - Демонстрировать приросты результатов в показателях развития основных физических качеств.	важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль. - Формировать осознание положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья. - Проявлять готовность оказывать помощь в случае необходимости; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
60	9	1		Т/Б. Спуски и подъёмы на лыжах			
61	10	1		Т/Б. Торможение лыжными палками			
62	11	1		Т/Б. Торможение падением на бок			
63	12	1		Т/Б. Торможение падением на бок.			
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура- 7 часов.</b>							
64	1	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	- Знать правила и технику выполнения упражнений комплекса ГТО. - Демонстрировать технику правильного выполнения легкоатлетических упражнений	- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья. - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной
65	2	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты		
66	3	1			Освоение правил и техники выполнения норматива		

					комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты		техники выполнения жизненно важных двигательных умений;  - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль.
67	4	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты		
68	5	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты		
69	6	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты		
70	7	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры		
<b>Подвижные игры – 8 часов.</b>							
71	1				Инструктаж по технике	- Взаимодействовать в парах и	- Формирование знаний, умений и

				безопасности при занятиях подвижными играми ИОТ № 45-03-18. Упражнения с элементами баскетбола.	группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх.  - Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных и спортивных играх.	навыков в спортивных играх; - Развитие коллективизма и работы в команде; - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма;
72	2			Т/Б. Упражнения с элементами баскетбола.		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
73	3			Т/Б. Игры с приемами футбола: метко в цель	- Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
74	4			Т/Б. Игры с приемами футбола: метко в цель	- Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
75	5			Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИОТ № 45-03-18. Упражнения с элементами баскетбола.	- Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды.  - Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности.	- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;
76	6			Т/Б. Упражнения с элементами баскетбола.		- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
77	7			Т/Б. Игры с приемами футбола: метко в цель	Совершенствовать технику бега на короткие дистанции; Знать технику спринтерского бега – высокого старта, стартового разгона, бега по дистанции.	Поговорите о технике безопасности во время выполнения данного задания. Правильное постановка техники низкого старта. Правильное работа рук и ног при беге. Правильное распределение сил на дистанций.
78	8			Т/Б. Игры с приемами футбола: метко в цель	Улучшить быстроту реакции; Улучшить скорость выполнения отдельных движений; улучшение частоты движений; улучшение стартовой скорости  Выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.	- выявить эффективность использования подвижных игр при развитии скоростных способностей детей младшего школьного возраста. Научить играть в подвижные игры. Способствовать развитию скоростно-

					<p>Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой деятельности.</p> <p>Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных ситуациях и условиях).</p>	<p>силовых способностей применительно к подвижным играм.</p> <p>Способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, чувства коллективизма и взаимопонимания.</p> <p>Содействовать усвоению учащимися знаний о здоровом образе жизни.</p>
--	--	--	--	--	---	---

## Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

### 2 класс. 4 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся.	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
<b>Легкая атлетика – 7 часов.</b>							
79	1	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой ИОТ № 49-03-18. Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	- Координировать движения в беговых и прыжковых упражнениях.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Формирование гражданственности и патриотизма;
80	2	1			Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	- Демонстрировать технику правильного выполнения легкоатлетических упражнений.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
81	3	1			Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперед и стороны, разведением и сведением рук	- Проявлять качества выносливости, быстроты и гибкости при выполнении беговых и прыжковых упражнений.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
82	4	1			Бег с поворотами и изменением направлений.		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
83	5	1			Бег с поворотами и изменением направлений	- Применять правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
84	6	1			Сложно координированные беговые упражнения		- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
85	7	1			Сложно координированные беговые упражнения.	- Проявлять дисциплинированность во время выполнения легкоатлетических упражнений.	- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься

						<p>физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p>
<b>Подвижные и спортивные игры – 4 часа.</b>						
86	1	1		Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИОТ № 45-03-18 Игры с приемами футбола.	- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх.	- Формирование знаний, умений и навыков в спортивных играх;
87	2	1		Игры с приемами футбола.		- Развитие коллективизма и работы в команде;
88	3	1		Подвижные игры на развитие равновесия	- Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных и спортивных играх.	- Формирование знаний в области физической культуры;
89	4	1		Подвижные игры на развитие равновесия.	<p>- Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>- Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности.</p> <p>- Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды.</p> <p>- Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности.</p>	<p>- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;</p> <p>- Формирование гражданственности и патриотизма;</p> <p>- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;</p> <p>- Повышение физкультурной грамотности школьников;</p> <p>- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;</p> <p>- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;</p> <p>- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и</p>



							осуществлять самоконтроль; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
<b>Способы самостоятельной физкультурной деятельности – 2 часа.</b>							
90	1				Развитие координации движений		
91	2				Дневник наблюдений по физической культуре		
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура- 11 часов.</b>							
92	1	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры		- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;  - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;  - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
93	2	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры		
94	3	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры		
95	4	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты		
96	5	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты		
97	6	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры		
98	7	1			Освоение правил и техники		

					выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры		
99	8	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры		
100	9	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры		
101	10	1			Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО		
102	11	1			Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО		
<b>Общее кол-во часов:</b>		<b>102</b>					