**Календарно-тематическое планирование**

на 2019-2020 учебный год

Предмет: Физическая культура

Классы: 8 (а,б,в)

Учитель: Дорофеев А.В.

Количество часов в год: 102

Количество уроков в неделю: 3

УМК: Физическая культура. Учебник. Под редакцией М.Я.Виленского.5-7 кл. – М.: Просвещение, 2016.

**Календарно-тематическое планирование 8 классы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название раздела  Тема урока | Количество часов | Тип урока | Планируемые результаты по разделам | | | Дата  по плану | | Дата  фактическая |
| Личностные | Метапредметные | Предметные |
| **I Четверть. Лёгкая Атлетика**  **12 часов** | | | | | | | | | |
| 1 | Инструктаж по ТБ. Низкий старт до 30 м  Бег с низкого старта:  до 70 метров | 24 часа  1 | Вводный | владение навыками выполнения жизненно важных дви­гательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;  владение навыками выполнения разнообразных физи­ческих упражнений различной функциональной направ­ленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;  умение максимально проявлять физические способнос­ти (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. Знания о физической культуре. | владение способами организации и проведения разно­образных форм занятий физической культурой, их пла­нирования и содержательного наполнения;  владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оз­доровительной физической культуры, активное их ис­пользование в самостоятельно организуемой спортивно- оздоровительной и физкультурно-оздоровительной дея­тельности;  владение способами наблюдения за показателями инди­видуального здоровья, физического развития и физи­ческой подготовленности, использование этих показате­лей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой. | способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гим­настики и физической подготовки;  способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направлен­ностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных осо­бенностей организма;  способность проводить самостоятельные занятия по ос­воению новых двигательных действий и развитию ос­новных физических качеств, контролировать и анализи­ровать эффективность этих занятий. | [02.09](https://schools.dnevnik.ru/lesson.aspx?school=14510&lesson=1590323693696767497) (а,б,в)  День знаний | | 04.09  (а,б,в) |
| 2 | Низкий старт до 30 м  Бег с низкого старта: от 70 до 80 метров | 1 | Комбинированный | 04.09(а,б,в) | | 04.09  (а,б,в) |
| 3 | Прыжки в длину способом «согнув ноги» с 11—13 шагов разбега. | 1 | Комбинированный | 07.09(а,б,в) | | 07.09  (а,б,в) |
| 4 | Прыжки в длину способом «согнув ноги» с 11—13 шагов разбега. | 1 | Совершенств. | 09.09(а,б,в) | | 09.09  (а,б,в) |
| 5 | Прыжки в высоту способом «перешагивание» с 7—9 шагов разбега. | 1 | Комбинированный | 11.09(а,б,в)  Ремонтные работы | | 14.09  (а,б,в) |
| 6 | Дальнейшее овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность.  Метание теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1х1 м) (девушки с расстояния 12—14 м, юноши — до 16 м). | 1 | Комбинированный | 14.09(а,б,в) | | 14.09  (а,б,в) |
| 7 | Дальнейшее овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность. Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных исходных положений с места, с шага, с двух шагов, с трёх шагов, с четырёх шагов вперёд-вверх. | 1 | Комбинированный | [16.09.](https://schools.dnevnik.ru/lesson.aspx?school=14510&lesson=1590051856626674606) (а,б,в) | | [16.09.](https://schools.dnevnik.ru/lesson.aspx?school=14510&lesson=1590051856626674606) (а,б,в) |
| 8 | Дальнейшее развитие скоростно-силовых способностей | 1 | Совершенств. | 18.09(а,б,в) | | 18.09  (а,б,в) |
| 9 | Кросс до 20 минут, бег с преодолением препятствий и на местности, минутный бег. Эстафеты, Комбинированный круговая тренировка. | 1 | Комбинированный | 21.09(а,б,в) | | 21.09  (а,б,в) |
| 10 | Кросс до 20 минут, бег с преодолением препятствий и на местности, минутный бег. Эстафеты, круговая тренировка. | 1 | Комбинированный | 23.09(а,б,в) | | 23.09  (а,б,в) |
| 11 | Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма; название разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения; правила соревнований в беге, прыжках и метаниях; разминка для выполнения легкоатлетических упражнений; | 1 | Совершенств. |  |  |  | 25.09(а,б,в) | | 25.09  (а,б,в) |
| 12 | Упражнения и простейшие программы развития выносливости, скоростно-силовых, скоростных и координационных способностей на основе освоенных легкоатлетических упражнений Правила самоконтроля и гигиены. | 1 | Комбинированный | 28.09(а,б,в) | | 28.09  (а,б,в) |
| 13 | ***Спортивные игры Баскетбол (12часов)*** Совершенствование Инструктаж по ТБ  Дальнейшее закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек | 1 | Комбинированный | 30.09(а,б,в) | | 30.09  (а,б,в) |
| 14 | Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча | 1 | Комбинированный | 02.10(а,б,в) | | 02.10  (а,б,в) |
| 15 | Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча | 1 | Совершенств. | 05.10(а,б,в)  День семьи | | 07.10  (а,б,в) |
| 16 | Дальнейшее закрепление техники ведения мяча | 1 | Комбинированный | 07.10(а,б,в) | | 07.10  (а,б,в) |
| 17 | Дальнейшее закрепление техники ведения мяча | 1 | Совершенств. | 09.10(а,б,в) | | 09.10  (а,б,в) |
| 18 | Дальнейшее закрепление техники бросков мяча.  Броски одной и двумя руками в прыжке | 1 | Комбинированный | 12.10(а,б,в) | | 12.10  (а,б,в) |
| 19 | Дальнейшее закрепление техники бросков мяча.  Броски одной и двумя руками в прыжке | 1 | Комбинированный | 14.10(а,б,в) | | 14.10  (а,б,в) |
| 20 | Дальнейшее закрепление техники вырывания и выбивания мяча, перехвата. | 1 | Совершенств. | 16.10(а,б,в) | | 16.10  (а,б,в) |
| 21 | Дальнейшее закрепление техники вырывания и выбивания мяча, перехвата. | 1 | Комбинированный | 19.10(а,б,в) | | 19.10  (а,б,в) |
| 22 | Дальнейшее закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей. | 1 | Совершенств. | 21.10(а,б,в) | | 21.10  (а,б,в) |
| 23 | Дальнейшее закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. | 1 | Комбинированный |  |  |  | 23.10(а,б,в) | | 23.10  (а,б,в) |
| 24 | Игра по упрощённым правилам баскетбола.  Совершенствование психомоторных способностей | 1 | Комбинированный |  |  |  | 26.10(а,б,в)  День семьи | | 23.10  (а,б,в) |
| **II Четверть. Гимнастика.**  **21час** | | | | | | | | | |
| 25 | Инструктаж по ТБ.  Команда «Прямо!», повороты в движении направо, налево | 1 | Вводный | владение навыками выполнения жизненно важных дви­гательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;  владение навыками выполнения разнообразных физи­ческих упражнений различной функциональной направ­ленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;  умение максимально проявлять физические способнос­ти (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. Знания о физической культуре. | владение способами организации и проведения разно­образных форм занятий физической культурой, их пла­нирования и содержательного наполнения;  владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оз­доровительной физической культуры, активное их ис­пользование в самостоятельно организуемой спортивно- оздоровительной и физкультурно-оздоровительной дея­тельности;  владение способами наблюдения за показателями инди­видуального здоровья, физического развития и физи­ческой подготовленности, использование этих показате­лей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой. | способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гим­настики и физической подготовки;  способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направлен­ностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных осо­бенностей организма;  способность проводить самостоятельные занятия по ос­воению новых двигательных действий и развитию ос­новных физических качеств, контролировать и анализи­ровать эффективность этих занятий. | |  |  |
| 26 | Совершенствование двигательных спо­собностей | 1 | Комбинированный |  |  |
| 27 | Совершенствование двигательных спо­собностей | 1 | Комбинированный |  |  |
| 28 | Мальчики:  из виса на подколенках через стойку на руках опускание в упор присев; подъём махом назад в сед ноги врозь; подъём завесом вне.  Девочки: из упора на нижней жерди опускание вперёд в вис присев; из виса присев на нижней жерди махом одной и толчком другой в вис прогнувшись с опорой на верхнюю жердь; вис лёжа на нижней жерди; сед боком на нижней жерди, соскок. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 29 | Мальчики:  из виса на подколенках через стойку на руках опускание в упор присев; подъём махом назад в сед ноги врозь; подъём завесом вне.  Девочки: из упора на нижней жерди опускание вперёд в вис присев; из виса присев на нижней жерди махом одной и толчком другой в вис прогнувшись с опорой на верхнюю жердь; вис лёжа на нижней жерди; сед боком на нижней жерди, соскок. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 30 | Совершенствование силовых способностей и силовой выносливости | 1 | Комбинированный |  |  |
| 31 | Мальчики:  прыжок согнув ноги (козёл в длину, высота 110—115 см).  Девочки: прыжок боком с поворотом на 90° (конь в ширину, высота 110 см). | 1 | Комбинированный |  |  |
| 32 | Мальчики:  прыжок согнув ноги (козёл в длину, высота 110—115 см).  Девочки: прыжок боком с поворотом на 90° (конь в ширину, высота 110 см). | 1 | Комбинированный |  |  |  | |  |  |
| 33 | Мальчики:  прыжок согнув ноги (козёл в длину, высота 110—115 см).  Девочки: прыжок боком с поворотом на 90° (конь в ширину, высота 110 см). | 1 | Совершенств. |  |  |
| 34 | Совершенствование кондиционных способностей | 1 | Комбинированный |  |  |
| 35 | Мальчики:  из виса на подколенках через стойку на руках опускание в упор присев; подъём махом назад в сед ноги врозь; подъём завесом вне.  Девочки: из упора на нижней жерди опускание вперёд в вис присев; из виса присев на нижней жерди махом одной и толчком другой в вис прогнувшись с опорой на верхнюю жердь; вис лёжа на нижней жерди; сед боком на нижней жерди, соскок. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 36 | Мальчики:  из виса на подколенках через стойку на руках опускание в упор присев; подъём махом назад в сед ноги врозь; подъём завесом вне.  Девочки: из упора на нижней жерди опускание вперёд в вис присев; из виса присев на нижней жерди махом одной и толчком другой в вис прогнувшись с опорой на верхнюю жердь; вис лёжа на нижней жерди; сед боком на нижней жерди, соскок. | 1 | Комбинированный |  |  |  | |  |  |
| 37 | Мальчики: кувырок назад в упор стоя ноги врозь; кувырок вперёд и назад; длинный кувырок; стойка на голове и руках.  Девочки: «мост» и поворот в упор стоя на одном колене; кувырки впе­рёд и назад. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 38 | Мальчики: кувырок назад в упор стоя ноги врозь; кувырок вперёд и назад; длинный кувырок; стойка на голове и руках.  Девочки: «мост» и поворот в упор стоя на одном колене; кувырки впе­рёд и назад. | 1 | Совершенств. |  |  |
| 39 | Совершенствование гибкости | 1 | Совершенств. |  |  |
| 40 | Мальчики: кувырок назад в упор стоя ноги врозь; кувырок вперёд и назад; длинный кувырок; стойка на голове и руках.  Девочки: «мост» и поворот в упор стоя на одном колене; кувырки впе­рёд и назад. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 41 | Мальчики: кувырок назад в упор стоя ноги врозь; кувырок вперёд и назад; длинный кувырок; стойка на голове и руках.  Девочки: «мост» и поворот в упор стоя на одном колене; кувырки впе­рёд и назад. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 42 | Совершенствование скоростно-силовых способностей | 1 | Комбинированный |  |  |
| 43 | Совершенствование силовых, коорди­национных способностей и гибкости | 1 | Совершенств. |  |  |  | |  |  |
| 44 | Самостоятельное составление простейших комбинаций упражнений, направленных на развитие координационных и кондиционных способностей. Дозировка упражнений | 1 | Комбинированный |  |  |
| 45 | Самостоятельное составление простейших комбинаций упражнений, направленных на развитие координационных и кондиционных способностей. Дозировка упражнений | 1 | Комбинированный |  |  |
| 46 | ***Спортивные игры Баскетбол (3часа)*** Совершенствование Инструктаж по ТБ. Дальнейшее закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 47 | Дальнейшее закрепление тактики игры.  Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Нападение быстрым прорывом (3:2). | 1 | Совершенств. |  |  |
| 48 | Дальнейшее закрепление тактики игры. Взаимодействие двух (трёх) игроков в нападении и защите (тройка и малая, через «заслон», восьмёрка) | 1 | Комбинированный |  |  |
| **III Четверть. Лыжная подготовка**  **21 час** | | | | | | | | | |
| 49 | Инструктаж по ТБ.  Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашних заданий. Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Виды лыжного спорта. Применение лыжных мазей. | 1 | Вводный | владение навыками выполнения жизненно важных дви­гательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;  владение навыками выполнения разнообразных физи­ческих упражнений различной функциональной направ­ленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;  умение максимально проявлять физические способнос­ти (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. Знания о физической культуре. | владение способами организации и проведения разно­образных форм занятий физической культурой, их пла­нирования и содержательного наполнения;  владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оз­доровительной физической культуры, активное их ис­пользование в самостоятельно организуемой спортивно- оздоровительной и физкультурно-оздоровительной дея­тельности;  владение способами наблюдения за показателями инди­видуального здоровья, физического развития и физи­ческой подготовленности, использование этих показате­лей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой. | способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гим­настики и физической подготовки;  способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направлен­ностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных осо­бенностей организма;  способность проводить самостоятельные занятия по ос­воению новых двигательных действий и развитию ос­новных физических качеств, контролировать и анализи­ровать эффективность этих занятий. | |  |  |
| 50 | Попеременно двухшажный ход- техника исполнения. Оказание помощи при обморожениях и травмах. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 51 | Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашних заданий. Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Виды лыжного спорта. Применение лыжных мазей. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 52 | Переход с попеременных ходов на одновременно бесшажный. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 53 | Виды лыжного спорта. Повторение ранее изученных лыжных ходов. | 1 | Совершенств. |  |  |
| 54 | Лыжные гонки на дистанции 1 км. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 55 | Попеременный четырехшажный ход. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 56 | Попеременный четырехшажный ход. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 57 | Переход с попеременных ходов на одновременно одношажный. Повторение ранее изученных ходов 7-8 классов. | 1 | Совершенств. |  |  |
| 58 | Лыжные гонки на дистанции 2 км. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 59 | Эстафеты и игры на лыжах. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 60 | Одновременно одношажные ходы. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 61 | Одновременно одношажные ход техника исполнения. | 1 | Совершенств. |  |  |
| 62 | Переход с попеременных ходов на одновременно двухшажный. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 63 | Пре­одоление контр уклона. | 1 | Комбинированный |  |  |  |
| 64 | Лыжные гонки на дистанции 3 км. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 65 | Эстафета с преодолением препятствий и др. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 66 | Переход с попеременных ходов на одновременные. | 1 | Совершенств. |  |  |  | |  |  |
| 67 | Прохождение дистанции до 5 км. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 68 | Требования к одежде и обуви занимающегося лыжами. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Оказание помощи при обморожениях и травмах | 1 | Комбинированный |  |  |
| 69 | Требования к одежде и обуви занимающегося лыжами. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Оказание помощи при обморожениях и травмах | 1 | Комбинированный |  |  |
| 70 | ***Спортивные игры Волейбол(9часов)*** Совершенствование Совершенствование техники передви­жений, остановок, поворотов и стоек | 1 | Комбинированный |  |  |
| 71 | Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. | 1 | Комбинированный |  |  |  | |  |  |
| 72 | Игра по упрощённым правилам волейбола.  Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры | 1 | Совершенств. |  |  |
| 73 | Нижняя прямая подача мяча. Приём подачи. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 74 | Совершенствование координационных способностей | 1 | Совершенств. |  |  |
| 75 | Дальнейшее обучение тактике игры. Совершенствование тактики освоенных игровых действий. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 76 | Дальнейшее развитие скоростных и скоростно-силовых способностей. Совершенствование скоростных и скоростно-силовых способностей | 1 | Комбинированный |  |  |
| 77 | Пра­вила и организация избранной игры (цель и смысл игры, игровое поле, количество участников, поведение игроков в нападении и защите). Правила техники безопасности при занятиях спортивными играми | 1 | Совершенств. |  |  |  | |  |  |
| 78 | Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов. | 1 | Комбинированный |  |  |
| **4 Четверть. Лёгкая атлетика.**  **12 часов** | | | | | | | | | |
| 79 | Инструктаж по ТБ.  Низкий старт до 30 м  Бег с низкого старта:  до 70 метров | 1 | Вводный | владение навыками выполнения жизненно важных дви­гательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;  владение навыками выполнения разнообразных физи­ческих упражнений различной функциональной направ­ленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;  умение максимально проявлять физические способнос­ти (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. Знания о физической культуре. | владение способами организации и проведения разно­образных форм занятий физической культурой, их пла­нирования и содержательного наполнения;  владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оз­доровительной физической культуры, активное их ис­пользование в самостоятельно организуемой спортивно- оздоровительной и физкультурно-оздоровительной дея­тельности;  владение способами наблюдения за показателями инди­видуального здоровья, физического развития и физи­ческой подготовленности, использование этих показате­лей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой. | способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гим­настики и физической подготовки;  способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направлен­ностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных осо­бенностей организма;  способность проводить самостоятельные занятия по ос­воению новых двигательных действий и развитию ос­новных физических качеств, контролировать и анализи­ровать эффективность этих занятий. | |  |  |
| 80 | Низкий старт до 30 м  Бег с низкого старта: от 70 до 80 метров | 1 | Комбинированный |  |  |
| 81 | Прыжки в длину способом «согнув ноги» с 11—13 шагов разбега. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 82 | Прыжки в высоту способом «перешагивание» с 7—9 шагов разбега. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 83 | Прыжки в высоту способом «перешагивание» с 7—9 шагов разбега. | 1 | Совершенств. |  |  |
| 84 | Дальнейшее овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность.  Метание теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1х1 м) (девушки с расстояния 12—14 м, юноши — до 16 м). | 1 | Комбинированный |  |  |
| 85 | Дальнейшее овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность. Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных исходных положений с места, с шага, с двух шагов, с трёх шагов, с четырёх шагов вперёд-вверх. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 86 | Дальнейшее развитие скоростно-силовых способностей. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 87 | Дальнейшее развитие скоростно-силовых способностей. | 1 | Совершенств. |  |  |
| 88 | Кросс до 20 минут, бег с преодолением препятствий и на местности, минутный бег. Эстафеты, круговая тренировка. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 89 | Кросс до 20 минут, бег с преодолением препятствий и на местности, минутный бег. Эстафеты, круговая тренировка. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 90 | Измерение результатов; подача команд; демонстрация упражнений; помощь в оценке результатов и проведении соревнований, в подготовке места проведения занятий | 1 | Комбинированный |  |  |
| 91 | ***Спортивные игры Волейбол(7часов)*** Совершенствование техники передви­жений, остановок, поворотов и стоек | 1 | Совершенств. |  |  |
| 92 | Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. | 1 | Совершенств. |  |  |
| 93 | Игра по упрощённым правилам волейбола.  Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры | 1 | Комбинированный |  |  |
| 94 | Дальнейшее обучение технике прямого нападающего удара. | 1 | Совершенств. |  |  |
| 95 | Совершенствование  Координационных способностей | 1 | Совершенств. |  |  |
| 96 | Дальнейшее развитие выносливости. | 1 |  |  |  | |  |  |
| 97 | Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий, приближённых к содержанию разучиваемой игры, помощь в судействе, комплектование команды, подготовка места проведения игры | 1 | Комбинированный |  |  |
| 98 | ***Спортивные игры Баскетбол (1 час)*** Игра по упрощённым правилам баскетбола.  Совершенствование психомоторных способностей | 1 | Комбинированный |  |  |
| 99 | ***Спортивные игры Футбол (4 часов)*** Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком, серединой лба (по летящему мячу). Вбрасывание мяча, из-за боковой линии с места и с шагом. | 1 | Комбинированный |  |  |
| 100 | Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники ударов по воротам | 1 | Совершенств. |  |  |  | |  |  |
| 101 | Совершенствование техники владения мячом. Совершенствование техники перемещений, владения мячом | 1 | Совершенств. |  |  |
| 102 | Совершенствование тактики игры. Дальнейшее развитие психомоторных способностей | 1 | Совершенств. |  |  |