

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
2 класс

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Д/з	Дата проведения		
									план	факт	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
1	Легкая атлетика	Ходьба и бег	3	Вводный	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Инструктаж по ТБ	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м	Текущий	Комплекс I			
					Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м	Текущий	Комплекс I		
		Прыжки	2	Изучение нового материала	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м	Текущий	Комплекс I			
					Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги	Текущий	Комплекс I			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комплексный	Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов, Прыжок с высоты до 40 см. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги	Текущий	Комплекс I		
				Изучение нового материала	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2×2 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений	Текущий	Комплекс I		
		Метание	2	Комплексный	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2×2 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений	Текущий	Комплекс I		
2	Кроссовая подготовка	Бег по пересеченной местности	7	Комплексный	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс I		
				Комплексный	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс I		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комплексный	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 1		
				Комплексный	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 1		
				Комплексный	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 1		
				Комплексный	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (70 бег, 80 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 1		
				Комплексный	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (70 бег, 80 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 1		
3	Гимнастика	Акробатика. Строевые упражнения	4	Изучение нового материала	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев.	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации	Текущий	Комплекс 2		

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
					Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ					
	Совершенствование ЗУН				Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Название гимнастических снарядов	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации	Текущий	Комплекс 2		
	Совершенствование ЗУН				Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Выполнение комбинации из разученных элементов. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации	Текущий	Комплекс 2		
	Комплексный				Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Выполнение комбинации из разученных элементов. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации	Текущий	Комплекс 2		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
		Висы. Строевые упражнения	4	Изучение нового материала	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе	Текущий	Комплекс 2		
				Совершенство- вание ЗУН	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе	Текущий	Комплекс 2		
				Совершенство- вание ЗУН	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе	Текущий	Комплекс 2		
				Комплекс- ный	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног.	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе	Текущий	Комплекс 2		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Совершенствование ЗУН	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий	Комплекс 2		
4	Подвижные игры	12		Комплексный	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Комплексный	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей						
		Опорный прыжок, лазание	4	Изучение нового материала	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий	Комплекс 2		
				Совершенствование ЗУН	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий	Комплекс 2		
				Комплексный	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий	Комплекс 2		

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комплексный	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Комплексный	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Комплекс 3		
5	Подвижные игры на основе баскетбола		16	Изучение нового материала	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, шит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Комплекс 3		

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Совершенствование ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попалди в обруч». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попалди в обруч». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передаль – садись». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передаль – садись». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Комплекс 3		
				Комплексный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Комплекс 3		
				Совершенствование ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Комплекс 3		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Совершенствова- ние ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой ру- кой. Броски в цель (кольцо, щит, ми- шень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие коор- динационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, веде- ние, броски в процессе под- вижных игр; играть в мини- баскетбол	Текущий	Ком- плекс 3		
				Совер- шенствова- ние ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой ру- кой. Броски в цель (кольцо, щит, ми- шень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие коор- динационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, веде- ние, броски в процессе под- вижных игр; играть в мини- баскетбол	Текущий	Ком- плекс 3		
				Совер- шенствова- ние ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой ру- кой. Броски в цель (кольцо, щит, ми- шень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие коор- динационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, веде- ние, броски в процессе под- вижных игр; играть в мини- баскетбол	Текущий	Ком- плекс 3		
				Комплек- сный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой ру- кой в движении. Броски в цель (коль- цо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, веде- ние, броски в процессе под- вижных игр; играть в мини- баскетбол	Текущий	Ком- плекс 3		
				Совер- шенствова- ние ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой ру- кой в движении. Броски в цель (коль- цо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, веде- ние, броски в процессе под- вижных игр; играть в мини- баскетбол	Текущий	Ком- плекс 3		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Совершенствова- ние ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой ру- кой в движении. Броски в цель (коль- цо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: дер- жание, передачи на расстоя- ние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Ком- плекс 3		
				Совер- шенствова- ние ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой ру- кой в движении. Броски в цель (коль- цо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: дер- жание, передачи на расстоя- ние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Ком- плекс 3		
				Совер- шенствова- ние ЗУН	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой ру- кой в движении. Броски в цель (коль- цо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Пере- дал – садись». Развитие координацион- ных способностей	Уметь владеть мячом: дер- жание, передачи на расстоя- ние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Ком- плекс 3		
				Комплек- сный	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой ру- кой в движении шагом и бегом. Брос- ки в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: дер- жание, передачи на расстоя- ние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Текущий	Ком- плекс 3		
5	Кроссо- вая подго- товка	Бег по пере- сеченной местности	7	Комплек- сный	Равномерный бег 3 минуты. ОРУ. Че- редование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятст- вий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Уметь пробегать в равно- мерном темпе 10 минут; че- редовать ходьбу с бегом	Текущий	Ком- плекс 4		

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комплексный	Равномерный бег 3 минуты, ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 4		
				Комплексный	Равномерный бег 3 минуты, ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 4		
				Комплексный	Равномерный бег 4 минуты, ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 4		
				Комплексный	Равномерный бег 4 минуты, ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 4		
				Комплексный	Равномерный бег 4 минуты, ОРУ. Чередование ходьбы и бега (70 бег, 80 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 4		
				Комплексный	Равномерный бег 4 минуты, ОРУ. Чередование ходьбы и бега (70 бег, 80 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом	Текущий	Комплекс 4		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
6	Легкая атлетика	Ходьба и бег	2	Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м	Текущий	Комплекс 4		
				Комплексный	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м	Текущий	Комплекс 4		
		Прыжки	2	Комплексный	Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги	Текущий	Комплекс 4		
				Комплексный	Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок в высоту с 4–5 шагов разбега. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги	Текущий	Комплекс 4		
		Метание	3	Комплексный	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2×2 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений	Текущий	Комплекс 4		

Окончание табл.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
				Комплек- с- ный	Метание малого мяча в горизонталь- ную и вертикальную цель (2×2 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие ско- ростно-силовых способностей	Уметь правильно выпол- нять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на даль- ность с места, из различ- ных положений	Текущий	Ком- плек- с 4		
				Комплек- с- ный	Метание малого мяча в горизонталь- ную и вертикальную цель (2×2 м) с расстояния 4–5 м. Метание малого мя- ча на дальность отскока от пола и сте- ны. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-сило- вых способностей	Уметь правильно выпол- нять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на даль- ность с места, из различ- ных положений	Текущий	Ком- плек- с 4		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575779

Владелец Ибрагимов Магомедшарип Алисултанович

Действителен с 21.05.2021 по 21.05.2022