**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**ПЕДАГОГА Средней школы №17 п. Боралдай Илийского района**

**Прицкау Натальи Викторовны**

**ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» в 8 В, Г, Д КЛАССАХ**

**на 2021-2022 учебный год**

**102 Ч (3 Ч В НЕДЕЛЮ)**

(Типовая учебная программа по предмету «Физическая культура» для 5-9 классов уровня основного среднего образования обновленного содержания разработана в соответствии с приказом исполняющего обязанности министра образования и науки от «25 » октября 2017 года № 545)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Разделы долгосрочного плана** | **Темы/Содержание раздела долгосрочного плана** | | **Цели обучения** | **Количество часов** | **сроки** | **Примечание** |
| **1 четверть (27 ч)** | | | | | | |  |
| **1.** | **Раздел 1**  **Здоровье и фитнес через легкоатлетическую деятельность**  **(13 часов)** | Техника безопасности. Низкий старт и стартовый разбег | | 8.3.4.1 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью | 1 |  |  |
| **2.** | Техника безопасности. Низкий старт и стартовый разбег | | 8.3.4.1 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью | 1 |  |  |
| ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра футбол»***  ***Правила игры и техника передвижения.*** | | 8.3.4.1 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью | 1 |  |  |
| **3.** |
| **4.** | Развитие навыков бега на средние дистанции | | 8.2.3.1 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; | 1 |  |  |
| **5.** | Развитие навыков бега на средние дистанции | | 8.2.3.1 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; | 1 |  |  |
| **6.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра футбол»***  ***Удары по мячу***  **ОБЖ**  1.1 Способы ориентирования и определения времени | | 8.2.3.1 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; | 1 |  |  |
| **7.** | Развитие навыков бега на средние дистанции | | 8.3.2.1 - составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность | 1 |  |  |
| **8.** | Развитие навыков бега на средние дистанции | | 8.3.2.1 - составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность | 1 |  |  |
| **9.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра футбол»***  ***Остановки мяча*** | | 8.1.2.1 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений | 1 |  |  |
| **10.** | Прыжок в высоту с разбега | | 8.1.2.1 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений | 1 |  |  |
| **11.** | Метание мяча в цель. | | 8.1.1.1 - демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; | 1 |  |  |
| **12.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра футбол»***  ***Ведения мяча***  **ОБЖ 1.2.**Виды костров и основные способы их разведения | | 8.3.5.1 - демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей | 1 |  |  |
| **13.** | **Раздел 2**  **Навыки решения проблем посредством игр**  **(11 ч)** | Метание мча на дальность. | | 8.3.5.1 - демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей | 1 |  |  |
| **14.** | Т/б. Гандбол. Передачи мяча в движении. ОБЖ Аварии с выбросом сильнодействующих ядовитых веществ. | | 8.1.1.1- демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; | 1 |  |  |
| **15.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра футбол»***  ***Обманные движения*** | | 8.1.1.1- демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; | 1 |  |  |
| **16.** | Передачи мяча на дальность и точность, броски из опорного и безопорного положения. | | 8.1.3.1 объяснять и демонстрировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно-специфических техник; | 1 |  |  |
| **17.** | Передачи мяча на дальность и точность, броски из опорного и безопорного положения. | | 8.1.3.1 объяснять и демонстрировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно-специфических техник; | 1 |  |  |
| **18.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Настольный теннис»***  ***Обучение хвату ракетки* ОБЖ 1.3** Оборудование укрытий от непогоды | | 8.2.4.1 - использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | 1 |  |  |
| **19.** | Игра вратаря | | 8.2.4.1 - использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | 1 |  |  |
| **20.** | Действия игрока в защите и нападении. | | 8.1.2.1 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений | 1 |  |  |
| **21.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Настольный теннис»***  ***Набивание мяча на правой и левой стороне ракетки*** | | 8.1.2.1 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений | 1 |  |  |
| **22.** | Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом | | 8.1.5.1 - определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; | 1 |  |  |
| **23.** | Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом. Тренировочная игра. | | 8.2.2.1 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде | 1 |  |  |
| **24.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Настольный теннис»***  ***Обучение толчку мяча об стол*** | | 8.2.1.1 - демонстрировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства | 1 |  |  |
| **25** |  | Организация соревновательной игровой деятельности | | 8.2.2.1 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде; | 1 |  |  |
| **26** |  | Организация соревновательной игровой деятельности | | 8.2.2.1 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде; | 1 |  |  |
| **27** |  | ***Урок всестороннего развития***  ***« Настольный теннис»***  ***Обучение накатам мяча* ОБЖ**  1.4 Поиск воды и пищи | | 8.2.2.1 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде; | 1 |  |  |
| **2четверть (21 ч)** | | | | | | |  |
| **28** | **Раздел 3**  **Элементы гимнастики и ее разновидности (12ч)** | | Техника безопасности.  Строевые приемы на месте и в движении | 8.3.4.1 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью | 1 |  |  |
| **29** | Соединение акробатических упражнений: прыжки и балансирование | 8.3.2.1 - составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность; | 1 |  |  |
| **30** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Шахматы»***  ***Исторические сведения о возникновении шахма.***  ***Ознакомить с шахматными терминами гориз., верт.,центр, фланг и др.*** | 8.1.2.1 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений | 1 |  |  |
| **31** | Комбинации из разученных ранее акробатических элементов. | 8.1.2.1 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений | 1 |  |  |
| **32** | Равновесие на бревне | 8.1.5.1 - определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; | 1 |  |  |
| **33** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Шахматы» Ознакомить с названиями шахматных фигур и их ходов***  **ОБЖ**  1.5Сигналы бедствия | 8.1.5.1 - определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; | 1 |  |  |
| **34** | .Лазанье по канату | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **35** | Лазанье по канату | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **36** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Шахматы»***  ***Название и порядок следования 8 первых букв латинского алфавита*** | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **37** | Опорный прыжок. ОБЖ Пожары и взрывы | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **38** | Круговая тренировка | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **39** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Шахматы»***  ***Что такое шах, мат, пат и способы защиты от шаха***  **ОБЖ 1.6** Носимый аварийный запас, правила укомплектования и использования | 6.1.4.4. Понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий. | 1 |  |  |
| **40** | Комплекс упражнений на развитие гибкости. | 6.1.4.4. Понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий. | 1 |  |  |
| **41** | Комплекс упражнений ритмической гимнастики. | 8.2.2.1 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде; | 1 |  |  |
| **42** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра гандбол»***  ***Истрия возникновения. Правила игры.*** | 8.3.5.1 - демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей | 1 |  |  |
| **43** | Национальные игры. Командные игры Аркан тарту, бурка тартыс,Туйилген орамал | 8.2.7.1 - оценивать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; | 1 |  |  |
| **44** | **Раздел 4**  **Игры с акцентом на казахские народные традиции (9 ч)** | | Национальные игры. Командные игры Аркан тарту, бурка тартыс,Туйилген орамал | 8.2.3.1 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; | 1 |  |  |
| **45** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра гандбол»***  ***Стойка готовности и держание мяча.***  **ОБЖ**  2.1 Природные факторы, оказывающие влияние на здоровье человека | 8.2.3.1 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; | 1 |  |  |
| **46** | Национальные игры.Игры с метаниями. Жамбы ату, Тумак уру. ОБЖ Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях. | 8.3.5.1 - демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей | 1 |  |  |
| **47** | .Кокпар | 8.3.5.1 - демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей | 1 |  |  |
| **48** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра гандбол»***  ***Ведение мяча. Броски по воротам.*** | 8.2.6.1 - демонстрировать и сравнивать правила соревновательной деятельности и правила судейства; | 1 |  |  |
| **3-четверть (30 ч)** | | | | | | |  |
| **49 .** | **Раздел 5**  **Лыжная/кроссовая/коньковая подготовка 12ч)** | Техника безопасности.  Разминка и техники восстановления для развития физических качеств | | 8.3.2.1 - составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность | 1 |  |  |
| **50.** | Техника безопасности.  Разминка и техники восстановления для развития физических качеств | | 8.3.2.1 - составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность | 1 |  |  |
| **51 .** | ***Урок всестороннего развития***  ***«Тогызкумалак»***  ***Истрия возникновения. Знакомство с лунками-отау*** | | 8.3.2.1 - составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность | 1 |  |  |
| **52.** | Закрепление навыков техники специальных упражнений | | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **53.** | Закрепление навыков техники специальных упражнений | | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **54.** | ***Урок всестороннего развития***  ***«Тогызкумалак»***  ***Знакомство с правилами игры*** | | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **55.** | Закрепление навыков техники специальных упражнений | | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **56.** | Кросс. Круговая тренировка на развитие силы и выносливости | | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1 |  |  |
| **57.** | ***Урок всестороннего развития***  ***«Тогызкумалак»***  ***Ознакомить с названием туздык, сравнительные преимущества туздыков.*** | | 8.3.3.1 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм | 1 |  |  |
| **58.** | Бег с преодолением различных препятствий | | 8.3.3.1 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм | 1 |  |  |
| **59 .** | **Раздел 6**  **Командные игры как активная форма деятельности (18ч)** | Кросс. Составление полосы препятствий № 3 | | 8.3.3.1 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм | 1. |  |  |
| **60.** | ***Урок всестороннего развития***  ***«Тогызкумалак»***  ***Изучение схемы азбука*** | | 8.3.3.1 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм | 1. |  |  |
| **61.** | Лидерские навыки в командных играх | | 8.2.2.1 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде | 1. |  |  |
| **62.** | Передачи мяча, а парах в движении различными способами. | | 8.3.4.1 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; | 1. |  |  |
| **63.** | ***Урок всестороннего развития***  ***«Тогызкумалак»***  ***Ознакомить с узловыми числами 10 и 19*** | | 8.2.2.1 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде | 1. |  |  |
| **64.** | Игры на развитие координации движений | | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1. |  |  |
| **65.** | Подводящие игры и игровые ситуации Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом | | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1. |  |  |
| **66.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в волейбол»***  ***Правила игры и техника приема мяча сверху*** | | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1. |  |  |
| **67.** | Игры, развивающие логическое мышление | | 8.2.3.1 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; | 1. |  |  |
| **68.** | Передачи в тройках в движении со сменой мест, двумя мячами | | 8.1.4.1 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | 1. |  |  |
| **69.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в волейбол»***  ***Техника приема мяча снизу*** | | 8.2.3.1 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию 1благоприятной учебной среды ы | 1 |  |  |
| **70.** | Действия игрока в личной защите. | | 8.2.3.1 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию 1благоприятной учебной среды; | 1 |  |  |
| **71.** | Действия игрока в личной защите. ОБЖ Инфекционные болезни и профилактика | | 8.2.3.1 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию 1благоприятной учебной среды; | 1 |  |  |
| **72.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в волейбол»***  ***Техника подачи снизу и сверху*** | | 8.2.5.1 - демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения | 1 |  |  |
| **73.** | Нападающие и защитные действия 2х1, 3х2. | | 8.2.5.1 - демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения | 1 |  |  |
| **74.** | Нападающие и защитные действия 2х1, 3х2. | | 8.2.5.1 - демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения | 1 |  |  |
| **75.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в волейбол»***  ***Техника нападающего удара*** | | 8.2.1.1 - демонстрировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; | 1 |  |  |
| **76.** | Нападающие действия через центрового игрока. Комбинация «Двоечка» | | 8.2.1.1 - демонстрировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; | 1 |  |  |
| **77.** | Тренировочная игра с использованием изученных ранее взаимодействий. | | 8.2.6.1 - демонстрировать и сравнивать правила соревновательной деятельности и правила судейства | 1 |  |  |
| **78** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в волейбол»***  ***Техника блокирования нападающего удара*** | | 8.2.6.1 - демонстрировать и сравнивать правила соревновательной деятельности и правила судейства | 1 |  |  |
| **4 четверть (24 ч)** | | | | | | |  |
| **79.** | **Раздел 7**  **Основные навыки в командных играх**  **(12 ч)** | Техника Безопастности | | 8.1.2.1 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне физических упражнений; | 1 |  |  |
| **80.** | Техника Безопастности | | 8.1.2.1 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне физических упражнений; | 1 |  |  |
| **81.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в баскетбол»***  ***Правила игры. Техника ловли и передачи мяча.*** | | 8.1.1.1 - демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно - специфических двигательных действий | 1 |  |  |
| **82.** | Тактика игры | | 8.2.4.1 - использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | 1 |  |  |
| **83.** | Тактика игры | | 8.2.4.1 - использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | 1 |  |  |
| **84.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в баскетбол»***  ***Техника ведения мяча* ОБЖ**  3.2 Профилактика употребления психоактивных веществ и наркотиков | | 8.2.4.1 - использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | 1 |  |  |
| **85.** | Творческая активность в играх | | 8.2.8.1 - демонстрировать и сравнивать роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; | 1 |  |  |
| **86.** | Творческая активность в играх | | 8.2.8.1 - демонстрировать и сравнивать роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; | 1 |  |  |
| **87.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в баскетбол»***  ***Техника перемещения с мячом по площадке*** | | 8.1.5.1 - определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; | 1 |  |  |
| **88.** | Бег по пересечённой местности | | 8.3.4.1 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью | 1 |  |  |
| **89.** | Бег по пересечённой местности | | 8.3.4.1 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью | 1 |  |  |
| **90.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в баскетбол»***  ***Техника бросков в кольцо с места***  **ОБЖ**  3.3 Влияние компьютера на здоровье человека | | 8.1.6.1 - уметь улучшать навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью | 1 |  |  |
| **91.** | **Укрепление здоровья через навыки легкой атлетики**  **15()** | Деятельность, направленная на развитие выносливости | | 8.2.5.1 - демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения | 1 |  |  |
| **92.** | Деятельность, направленная на развитие выносливости | | 8.2.5.1 - демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения | 1 |  |  |
| **93.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра в баскетбол»***  ***Техника бросков в кольцо с разбега***  Развитие адаптационных способностей организма | | 8.3.4.1 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью | 1 |  |  |
| **94.** | Применение фаз прыжка | | 8.3.3.1 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм | 1 |  |  |
| **95.** | Применение фаз прыжка | | 8.3.3.1 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её  ействие на организм | 1 |  |  |
| **96.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра футбол»***  ***Выбрасывание мяча***  **ОБЖ**  4.1 Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе | | 8.3.3.1 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм | 1 |  |  |
| **97.** | Компоненты фитнеса в метаниях и бросках | | 8.1.3.1 - объяснять и демонстрировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно - специфических техник; | 1 |  |  |
| **98.** | Компоненты фитнеса в метаниях и бросках | | 8.1.3.1 - объяснять и демонстрировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно - специфических техник; | 1 |  |  |
| **99.** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра футбол»***  ***Техника владения мячом вратаря*** | | 8.3.3.1 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм | 1 |  |  |
| **100** | Компоненты фитнеса в метаниях и бросках | | 8.3.1.1 - демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье | 1 |  |  |
| **101** | Компоненты фитнеса в метаниях и бросках | | 8.3.1.1 - демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье | 1 |  |  |
| **102** | ***Урок всестороннего развития***  ***« Спортивная игра футбол»***  ***Техника владения мячом полевого игрока*** | | 8.3.1.1 - демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье | 1 |  |  |