

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ №5  
ГОРОДА КАМЕНСК-ШАХТИНСКОГО

Рассмотренно

Педагогическим советом

МБОУ Лицея №5

Протокол №1 от 30.08.2021

«Утверждаю»

директор

МБОУ Лицея №5

Гайдукова С.П. \_\_\_\_\_

Приказ № 210-о от 31.08.2021

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По физической культуре 1б класс

Начальное общее образование

Количество часов: 92 часа

Учитель: Осипов Александр Алексеевич

УМК В.И.Ляха

2021-2022г.

## Оглавление.

Пояснительная записка.....	3
Планируемые результаты .....	6
Содержание.....	9
Календарно-тематическое планирование.....	12

## 1. Раздел «Пояснительная записка»

Рабочая программа по физической культуре для 1 класса начальной общеобразовательной школы составлена и реализуется на основе следующих нормативно –правовых документов:

- 1.ФЗ № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с поправками на 2018г.).
- 2.Закон РО № 26-ЗС «Об образовании в РО».
- 3.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.
- 4.Примерная программа по физической культуре Авторы: В.И. Лях, А.А Зданевич.
- 6.Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ лицея № 5.
- 7.Положение о рабочей программе МБОУ лицей № 5.
- 8.Учебный план МБОУ лицея №5 на 2021-2022 учебный год.
9. Календарный учебный график МБОУ лицея №5 на 2021 -2022г.
- 10.Письмо СанПиН 2.4.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с поправками на 2021г.).

Целью физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

овладение школой движений;

развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;

выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм в

развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Согласно учебному плану МБОУ лицея №5 в 2021-2022 г ..на уроки физической культуры отводится 99 часов в год - 3 часа в неделю. На основании учебного графика МБОУ лицея №5 программа скорректирована на 92 часов. Темы уроков: Эстафеты реализуются в уроке Игра «Воробьи вороны» № 90,91,92 .

## 2.Раздел Планируемые результаты учебного предмета

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 1класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре

Личностные :

активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные :

характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;

общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами; управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

технически правильное выполнение двигательной . действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные:

планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;

изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;

оказание посильной помощи и моральной поддержки

сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;

организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ;

организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;

характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;

взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;

подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;

выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности

выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

#### Результаты освоения учебного предмета

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья



(рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;

характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие; определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);

выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);

выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;

выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;

выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;

Учебно-методические пособия, используемые для достижения планируемых результатов: Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–4-х классов. – М.: Просвещение, 2016.

Литература для учителя.

Учебник общеобразовательных учреждений. «Физическая культура» 1-4 кл  
Под общей редакцией В.И. Ляха. 6е издание. Москва «Просвещение» 2016 г.

3.Раздел Содержание учебного предмета, курса.

Знания о физической культуре. На каждом уроке

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие.

Закаливание организма (обтирание). Знания о физической культуре. На каждом уроке.

*Легкая атлетика 40ч*

*Бег:* равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.

*Броски* большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

*Метание* малого мяча на дальность из-за головы.

*Прыжки:* на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

*Гимнастика с основами акробатики 22ч.*

*Организуемые команды и приемы:* повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

*Акробатические упражнения* Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев.

Кувырок в сторону

*Гимнастические упражнения прикладного характера:* танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, двумя ногами.

*Подвижные игры с элементами спортивных игр. 30ч*

Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Ведение мяча (правой, левой в движении по прямой (шагом и бегом)

Подвижные игры.

«К своим флажкам», «Два мороза», «Пятнашки» «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». «Лисы и куры», «Кто дальше бросит», «Точный расчет», «Метко в цель».

Учебно-тематический план

Раздел	Количество часов	Количество контрольных зачётов	Количество тестовых зачётов
Лёгкая атлетика Кроссовая подготовка	40	7	
Гимнастика	22	8	
Подвижные игры с элементами спортивных игр	30		
Итого:	92		

## Раздел Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Разделы ,темы	Дата проведения  Урока <b>1а</b>
1.	<i>Легкая атлетика 11ч.</i> Тема. Инструктаж по ТБ. Ходьба и бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза»	<b>01.09</b>
2.	Тема. Бег 30 метров. Подвижная игра «Вызов номера»	<b>02.09</b>
3.	Тема. Бег 30 метров. Подвижная игра «Вызов номера»	<b>03.09</b>
4.	Тема. Стартовый разгон: бег 30 м Учить технике метание малого мяча в цель. Подвижная игра «Гуси лебеди»	<b>08.09</b>
5.	Тема. Бег 30 метров. Совершенствовать технику метания малого мяча в цель Подвижная игра «Гуси лебеди»	<b>09.09</b>
6.	Тема. Прыжки в длину с места. «Челночный бег» Подвижная игра «Два мороза».	<b>10.09</b>
7.	Тема .Прыжки в длину, «Челночный бег» Подвижная игра «Два мороза».	<b>15.09</b>
8.	Тема: Тест прыжок в длину с места. Подвижная игра «Лисы и куры».	<b>16.09</b>
9.	Тема. Бросок малого мяча на дальность с места. Сгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра «К своим флажкам».	<b>17.09</b>
10.	Тема. Бросок малого мяча на дальность с места. Сгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра «Попади в мяч».	<b>22.09</b>
11.	Тема. Бросок малого мяча на дальность с места. Тест Сгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра «Кто дальше бросит».	<b>23.09</b>
	<i>Раздел Кроссовая подготовка (11 часов)</i>	
12.	Тема . Подвижная игра «Пятнашки».	<b>24.09</b>

<b>13.</b>	Тема. Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Невод».	<b>29.09</b>
<b>14.</b>	Тема . Бег по пересеченной местности Подвижная игра «Мы веселые ребята».	<b>30.09</b>
<b>15.</b>	Тема. Подвижная игра «Третий лишний».	<b>04.10</b>
<b>16.</b>	Тема .Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Третий лишний».	<b>05.10</b>
<b>17.</b>	Тема . Бег по пересеченной местности Подвижная игра «Пустое место».	<b>06.10</b>
<b>18.</b>	Тема. Бег по пересеченной местности Подвижная игра «Удочка».	<b>11.10</b>
<b>19.</b>	Тема .Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Пятнашки».	<b>12.10</b>
<b>20.</b>	Тема. Бег по пересеченной местности Подвижная игра «Лисы и куры».	<b>13.10</b>
<b>21.</b>	Тема. Бег по пересеченной местности Подвижная игра «Конники - спортсмены».	<b>18.10</b>
<b>22.</b>	Тема. Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Кошки мышки».	<b>19.10</b>
	<i>Раздел Гимнастика</i>	
<b>23.</b>	Тема .Инструктаж по ТБ Акробатика( перекат в группировке). Строевые Упражнения. Игра «Пройти бесшумно»	<b>20.10</b>
<b>24.</b>	Тема. Акробатика. (перекат в группировке) Тест на гибкость: наклон вперед из положения сидя. Строевые Упражнения. Игра «Пройти бесшумно»	<b>25.10</b>
<b>25.</b>	Тема Акробатика. (Стойка на лопатках.) Строевые Упражнения. Игра «Совушка»	<b>26.10</b>
<b>26.</b>	Тема Акробатика.кувырок. вперед Строевые Упражнения. Тест «Пресс» Игра «Совушка»	<b>27.10</b>

<b>27.</b>	Тема Акробатика.( кувырок. вперед) Строевые Упражнения. Игра «Пройти бесшумно»	<b>08.11</b>
<b>28.</b>	Тема Акробатика. (кувырок. вперед ,стойка на лопатках) Строевые Упражнения. Игра «Пройти бесшумно»	<b>09.11</b>
<b>29.</b>	Тема Равновесие. (упр.на низком бревне) Строевые Упражнения.Тест «Прыжки через скакалку» Игра «Змейка»	<b>10.11</b>
<b>30.</b>	Тема Равновесие.(упр.на низком бревне) Строевые Упражнения. Игра «Змейка»	<b>15.11</b>
<b>31.</b>	Тема Равновесие.(упр.на низком бревне) Строевые Упражнения. Тест «Метание набивного мяча» Игра «Змейка»	<b>16.11</b>
<b>32.</b>	Тема Равновесие (.комбинация из упр на низ бревне) Строевые Упражнения. Игра «Змейка»	<b>17.11</b>
<b>33.</b>	Тема Равновесие. (.комбинация из упр на низ бревне) Строевые Упражнения.Тест «Подтягивание» Игра «Змейка»	<b>22.11</b>
<b>34.</b>	Тема Равновесие.( .комбинация из упр на низ бревне) Строевые Упражнения. Игра «Змейка»	<b>23.11</b>
<b>35.</b>	Тема Опорный прыжок. (через горку матов)	<b>24.11</b>

	Лазание. Игра «Ниточка и иголочка»	
<b>36.</b>	Тема Опорный прыжок. (через горку матов) Лазание. Игра «Ниточка и иголочка»	<b>29.11</b>
<b>37.</b>	Тема Опорный прыжок. (через горку матов) Лазание. Игра «Ниточка и иголочка»	<b>30.11</b>
<b>38.</b>	Тема Опорный прыжок, (через горку матов) Лазание. Игра «Ниточка и иголочка»	<b>01.12</b>
<b>39.</b>	Тема Опорный прыжок ,(через горку матов) . Лазание силовые способности подтягивание.Игра «Ниточка и иголочка»	<b>06.12</b>
<b>40.</b>	<i>Раздел Подвижные игры</i> Тема Инструктаж по ТБ. Подвижные игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	<b>07.12</b>
<b>41.</b>	Тема Подвижные игры: «К своим флажкам», «Заяц, сторож Жучка». Эстафеты.	<b>08.12</b>
<b>42.</b>	Тема Подвижные игры: «К своим флажкам», «Заяц, сторож Жучка». Эстафеты.	<b>13.12</b>
<b>43.</b>	Тема Подвижные игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	<b>14.12</b>
<b>44.</b>	Тема Подвижные игры: «Мы веселые ребята», «Два мороза». Эстафеты.	<b>15.12</b>
<b>45.</b>	Тема Подвижные игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты.	<b>20.12</b>
<b>46.</b>	Тема Подвижные игры: «Белые медведи», «Два мороза». Эстафеты.	<b>21.12</b>
<b>47.</b>	Тема Подвижные игры: «Пятнашки», «Бездомный заяц». Эстафеты.	<b>22.12</b>
<b>48.</b>	Тема Подвижные игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты.	<b>27.12</b>
<b>49.</b>	Тема Подвижные игры: «Прыгающие воробушки», «Воробьи - вороны». Эстафеты.	<b>28.12</b>
<b>50.</b>	Тема Подвижные игры: «2 капитана», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	<b>29.12</b>
<b>51.</b>	Тема Подвижные игры: «Пустое место», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	<b>17.01</b>
<b>52.</b>	Тема Подвижные игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в	<b>18.01</b>

	огороде». Эстафеты.	
<b>53.</b>	Тема Подвижные игры: «Невод», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	<b>19.01</b>
<b>54.</b>	Тема Подвижные игры: «Невод», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	<b>24.01</b>
<b>55.</b>	Тема Подвижные игры: «Лисы и куры», «Точный расчёт». Эстафеты.	<b>25.01</b>
<b>56.</b>	Тема Подвижные игры: «Волк во рву», «Точный расчёт». Эстафеты.	<b>26.01</b>
<b>57.</b>	Тема Подвижные игры: «Западня», «Точный расчёт». Эстафеты.	<b>31.01</b>
<b>58.</b>	Тема Подвижные игры: «Лисы и куры», «Западня». Эстафеты.	<b>01.02</b>
<b>59.</b>	Тема Подвижные игры: «Космонавты», «К своим флажкам». Эстафеты.	<b>02.02</b>
<b>60.</b>	Тема Подвижные игры: «Лисы и куры», «Бездомный заяц». Эстафеты.	<b>14.02</b>
	<i>Раздел Подвижные игры на основе баскетбола.</i>	
<b>61.</b>	Тема Инструктаж по ТБ. Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай».	<b>15.02</b>
<b>62.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай».	<b>16.02</b>
<b>63.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай».	<b>21.02</b>
<b>64.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай».	<b>22.02</b>
<b>65.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола Эстафеты с мячами.	<b>28.02</b>
<b>66.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Эстафеты с мячами.	<b>01.03</b>
<b>67.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Эстафеты с мячами.	<b>02.03</b>
<b>68.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Играй мяч не теряй».	<b>09.03</b>
<b>69.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Играй мяч не теряй».	<b>14.03</b>
<b>70.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Метко в цель»..	<b>15.03</b>
<b>71.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Метко в цель»..	<b>16.03</b>



<b>72.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Метко в цель».	<b>21.03</b>
<b>73.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Выстрел в небо». Эстафеты с мячами.	<b>22.03</b>
<b>74.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Выстрел в небо». Эстафеты с мячами.	<b>23.03</b>
<b>75.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Выстрел в небо». Эстафеты с мячами.	<b>06.04</b>
<b>76.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Выстрел в небо». Эстафеты с мячами.	<b>11.04</b>
<b>77.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Мяч в обруч»..	<b>12.04</b>
<b>78.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Мяч в обруч».	<b>13.04</b>
<b>79.</b>	Тема Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Мяч в обруч».	<b>18.04</b>
	<i>Раздел Кроссовая подготовка (10 часов)</i>	
<b>80.</b>	Тема Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Пятнашки».	<b>19.04</b>
<b>81.</b>	Тема Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Пятнашки».	<b>20.04</b>
<b>82.</b>	Тема Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Пятнашки».	<b>25.04</b>
<b>83.</b>	Тема Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Третий лишний»	<b>26.04</b>
<b>84.</b>	Тема Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Третий лишний»	<b>27.04</b>
<b>85.</b>	Тема Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Третий лишний»	<b>04.05</b>
<b>86.</b>	Тема Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Пятнашки»	<b>11.05</b>
<b>87.</b>	Тема Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Пятнашки»	<b>16.05</b>
<b>88.</b>	Тема Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Вызов номера»	<b>17.05</b>
<b>89.</b>	Тема Контрольный норматив: бег 1000 м без учёта времени. Подвижная игра «Вызов номера»	<b>18.05</b>

	<i>Раздел Легкая атлетика</i>	
<b>90.</b>	Тема Инструктаж по ТБ. Бег 30 м. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты.	<b>23.05</b>
<b>91.</b>	Тема. Бег 30 м. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты	<b>24.05</b>
<b>92.</b>	Тема Челночный бег (3 x 10м) Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты	<b>25.05</b>

Рекомендовано:

Протокол заседания МО

Физической культуре и ОБЖ

МБОУ лицея №5 Пороло Т.А. \_\_\_\_\_

От \_\_29.08.21 г \_\_\_\_\_ 31.08.2021 г.

руководитель МО \_\_\_\_\_

Стогниенко Л.Р.

Согласовано:

заместитель директора

МБОУ лицея №5 по УВР