

АНОО «Православная классическая гимназия святителя Филарета Московского»

«Утверждаю»  
Директор АНОО «Православная  
классическая гимназия святителя  
Филарета Московского»  
*А.А. Киселева*

Приказ № 75-ОД от «01» сентября 2018 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по физической культуре

в 3 классе  
на 2018- 2019 учебный год

Количество часов

по программе	102
в неделю	3

Составитель: **Сокоренко В.В.**  
*учитель физической культуры*

2018 год

### Пояснительная записка.

**Цель обучения** – 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.

#### **Задачи обучения:**

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- обучение методике движений;
- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростные, скоростносилловые, выносливость и гибкость) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, 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 определенным 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 (представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

Программа включает в себя содержание только урочных занятий по физической культуре. Рабочая программа составлена на 4 года обучения (405 ч.)

В соответствии с учебным планом, учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится в 1 классе – 99 ч., **2 – 4 классы – 102 часа в год**, (3 часа в неделю). В программе В.И. Ляха и А.А. Зданевича программный материал делится на две части – базовую и вариативную.

В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура».

*Вариативная часть* включает в себя программный материал по спортивным играм на основе спортивных игр.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Распределение учебных тем на прохождение базовой части программного материала по физической культуре 1-4 классов составлено в соответствии с комплексной программой физического воспитания учащихся (В.И. Лях. и А.А.Зданевич).

Основной формой контроля является сдача контрольных нормативов.

### **Планируемые результаты изучения учебного предмета**

**Личностными результатами** изучения курса «Физическая культура» являются:

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним.
- наличие нравственного самосознания (понятия о добре и зле, правде и лжи), усвоение таких качеств, как добросовестность, справедливость, верность, долг, честь, благожелательность;
- ответственность и прилежание в учебе;
- наличие бережного отношения к здоровью как дару Божию;

**Метапредметными результатами** изучения курса «Физическая культура»

являются:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др.;
- занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

**Предметными результатами** изучения курса «Физическая культура» являются:

*Знания о физической культуре*

**Ученик научиться**

- 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;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

**Ученик получит возможность научиться:**

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

**Способы физкультурной деятельности**

### **Ученик научится:**

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

### **Ученик получит возможность научиться:**

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

### **Физическое совершенствование**

#### **Ученик научится:**

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина и брусья, напольное гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

#### **Ученик получит возможность научиться:**

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и перестрелку по упрощённым правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;

### **Содержание учебного предмета «Физическая культура»**

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека и включает в себя следующие учебные темы: «История физической культуры и ее развитие в современном обществе», «Базовые понятия физической культуры», «Физическая культура человека».

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

### **Знания о физической культуре**

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

### **Способы физкультурной деятельности**

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

### **Физическое совершенствование**

#### **Гимнастика с основами акробатики**

*Акробатические упражнения:* кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

*Гимнастические упражнения прикладного характера:* лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.

#### **Легкая атлетика**

*Прыжки* в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

*Подвижные игры на материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:* «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча».

*Подвижные игры на материале раздела «Легкая атлетика»:* «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».

#### **На материале спортивных игр:**

*Футбол:* удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал – садись», «Передай мяч головой».

*Баскетбол:* специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

### Тематическое планирование по физической культуре.

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов по плану
1.	Легкоатлетические упражнения	21
2.	Подвижные игры	18
3.	Гимнастика с элементами акробатики	18
4.	Баскетбол	12
5.	Лыжная подготовка	21
6.	Футбол	12
	<b>Всего</b>	<b>102</b>

Класс 3

Учитель Сокоренко В.В.

Количество часов по учебному плану

Всего 102 часа; в неделю 3 часа.

Планирование составлено на основе авторской программы В.И.Ляха, А.А.Зданевича

Учебник : Физическая культура . 1-4 класс. Ред., В.И.Ляха, А.А.Зданевича изд. "Просвещение", 2014 г

### Календарно – тематическое планирование 3 класс

№ ур.	Тема урока	Домашнее задание	По плану	По факту
	<b>ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ - 15 ч.</b>			
1	Техника безопасности на занятиях. Понятия: эстафета, команды: "старт", "финиш", темп, длительность бега	Бег до 12 минут	3.09-7.09	
2	Ходьба: с изменением длины и частоты шагов, в различном темпе под звуковые сигналы	Бег до 12 минут	3.09-7.09	
3	Ходьба: с высоким подниманием бедра, с преодолением препятствий	Бег до 12 минут	3.09-7.09	
4	Бег: обычный бег, с изменением направления движения, скорости	Бег 60 метров	10.09-14.09	
5	Бег: коротким, средним и длинным шагом, с изменением длины и частоты шагов	Бег 60 метров	10.09-14.09	
6	Бег приставными шагами, правым, левым, боком вперед, с захлестыванием голени назад	Бег 60 метров	10.09-14.09	
7	Прыжки: на одной и на двух ногах на месте, с поворотом на 180 градусов	Прыжки в длину с места	17.09-21.09	

8	Прыжки: по разметкам, в длину с места, в длину с разбега	Прыжки в длину с места	17.09-21.09	
9	Прыжки в длину с места и с небольшого разбега, тройной и пятерной с места	Прыжки в длину с места	17.09-21.09	
10	Равномерный медленный бег до 5 минут	Бег до 12 минут	24.09-28.09	
11	Равномерный медленный бег до 5 минут	Бег до 12 минут	24.09-28.09	
12	Равномерный медленный бег до 5 минут	Бег до 12 минут	24.09-28.09	
13	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км	Кросс до 1 км	1.10-5.10	
14	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км	Кросс до 1 км	1.10-5.10	
15	Контрольный урок. Сдача нормативов на результат.	Кросс до 1 км	1.10-5.10	
	<b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ - 12 ч</b>			
16	"Пустое место", "Белые медведи", "Пятнашки", "космонавты"	Бег 60 метров	8.10-12.10	
17	"Пустое место", "Белые медведи", "Пятнашки", "космонавты"	Бег 60 метров	8.10-12.10	
18	"Пустое место", "Белые медведи", "Пятнашки", "космонавты"	Бег 60 метров	8.10-12.10	
19	"Прыжки по полосам", "Волк во рву", "Удочка"	Челночный бег - 3*5м	15.10-19.10	
20	"Прыжки по полосам", "Волк во рву", "Удочка"	Челночный бег - 3*5м	15.10-19.10	
21	"Прыжки по полосам", "Волк во рву", "Удочка"	Челночный бег - 3*5м	15.10-19.10	
22	Игры: "Кто дальше бросит", "Точный расчет", "Метко в цель"	Прыжки на одной ноге	22.10-26.10	
23	Игры: "Кто дальше бросит", "Точный расчет", "Метко в цель"	Прыжки на одной ноге	22.10-26.10	
24	Игры: "Кто дальше бросит", "Точный расчет", "Метко в цель"	Прыжки на одной ноге	22.10-26.10	
25	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, в квадратах, кругах	Прыжки на двух ногах с поворотом на 90 гр.	6.11-9.11	
26	Ведение мяча с изменением направления	Прыжки на двух ногах с поворотом на 90 гр.	6.11-9.11	
27	Броски в цель (в ходьбе и в медленном беге) Подведение итогов. Контрольная игра.	Прыжки на двух ногах с поворотом на 90 гр.	6.11-9.11	

	<b>ГИМНАСТИКА С ЭЛЕМЕНТАМИ АКРОБАТИКИ - 18 ч.</b>			
28	Правила безопасности во время занятий. Названия снарядов и гимнастических элементов, личная гигиена, режим дня, закаливание.	Подтягивание - 4р.	12.11-16.11	
29	Строевые упражнения: команды "Шире шаг!", "Чаще шаг!", "Реже!", "На первый-второй рассчитайсь!".	Подтягивание - 4р.	12.11-16.11	
30	Строевые упражнения: построение в две шеренги; перестроение из двух шеренг в два круга; передвижение по диагонали, противоходом, "змейкой"	Подтягивание - 4р.	12.11-16.11	
31	Общеразвивающие упражнения: основные положения и движения рук, ног, туловища, выполняемые на месте и в движении	Отжимание - 12 р.	19.11-23.11	
32	Общеразвивающие упражнения: сочетания движений ног, туловища с руками, комбинации (комплексы) ОУ различной координационной сложности	Отжимание - 12 р.	19.11-23.11	
33	Акробатические упражнения: перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой; 2-3 кувырка вперед	Отжимание - 12 р.	19.11-23.11	
34	Акробатические упражнения: стойка на лопатках; мост из положения лежа на спине	Лежа на спине - "угол"	26.11-30.11	
35	Акробатические упражнения: комбинации из освоенных элементов	Лежа на спине - "угол"	26.11-30.11	
36	Лазанья и перелезания: лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа, лежа на животе, подтягиваясь руками	Лежа на спине - "угол"	26.11-30.11	
37	Лазанья и перелезания: по канату	Поднимание туловища	3.12-7.12	
38	Лазанья и перелезания: через « коня»	Поднимание туловища	3.12-7.12	
39	Висы и упоры: упражнения в висе стоя и лежа, вис на согнутых руках	Поднимание туловища	3.12-7.12	
40	Висы и упоры: подтягивание в висе лежа согнувшись и в висе на канате	Приседание на двух ногах	10.12-14.12	
41	Висы и упоры: в висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног	Приседание на двух ногах	10.12-14.12	
42	Навыки равновесия: ходьба по гимнастической скамейке приставными шагами, повороты на носках и на одной ноге	Приседание на двух ногах	10.12-14.12	
43	Навыки равновесия: приседания и переход в упор присев, упор стоя на колене, сед	Прыжки на одной ноге	17.12-21.12	
44	Общеразвивающие упражнения с предметом: с набивным мячом (1 кг)	Прыжки на одной ноге	17.12-21.12	



45	Контрольный урок. Сдача гимнастических упражнений из разученных элементов.	Прыжки на одной ноге	17.12-21.12	
	<b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ - 3 ч.</b>			
46	"Кто дальше бросит", "Точный расчет", "Метко в цель"	Челночный бег - 3*10м	24.12-28.12	
47	Кто дальше бросит, "Точный расчет", "Метко в цель"	Челночный бег - 3*10м	24.12-28.12	
48	Контрольный урок в соревновательной форме.	Челночный бег - 3*10м	24.12-28.12	
	<b>ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА - 21 ч.</b>			
49	Техника безопасности при занятиях лыжами. Основные требования к одежде и обуви во время занятий, понятие об обморожении	Прохождение дистанции до 2 км	9.01-11.01	
50	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	9.01-11.01	
51	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками	Прохождение дистанции до 2 км	9.01-11.01	
52	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	14.01-18.01	
53	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками	Прохождение дистанции до 2 км	14.01-18.01	
54	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	14.01-18.01	
55	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками	Прохождение дистанции до 2 км	21.01-25.01	
56	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	21.01-25.01	
57	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками	Прохождение дистанции до 2 км	21.01-25.01	
58	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	28.01-1.02	
59	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками	Прохождение дистанции до 2 км	28.01-1.02	
60	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	28.01-1.02	
61	Спуски в высокой и низкой стойках	Прохождение дистанции до 2 км	4.02-8.02	

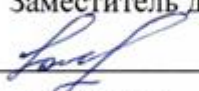
62	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	4.02-8.02	
63	Спуски в высокой и низкой стойках	Прохождение дистанции до 2 км	4.02-8.02	
64	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	11.02-15.02	
65	Подъем "лесенкой"	Прохождение дистанции до 2 км	11.02-15.02	
66	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	11.02-15.02	
67	Подъем "лесенкой"	Прохождение дистанции до 2 км	25.02-1.03	
68	Передвижение на лыжах до 2 км	Прохождение дистанции до 2 км	25.02-1.03	
69	Передвижение на лыжах до 2 км. Самоконтроль.	Прохождение дистанции до 2 км	25.02-1.03	
	<b>Баскетбол – 12ч.</b>			
70	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Стойка игрока. Перемещения в стойке. Остановка двумя ногами и прыжком.	Подтягивание - 4р.	4.03-7.03	
71	Обучение ловле и передаче мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча.	Подтягивание - 4р.	4.03-7.03	
72	Обучение ловле и передаче мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча	Подтягивание - 4р.	4.03-7.03	
73	Совершенствование ловли и передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча	Отжимание - 12 р.	11.03-15.03	
74	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке	Отжимание - 12 р.	11.03-15.03	
75	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке	Отжимание - 12 р.	11.03-15.03	
76	Ведение мяча в движении по прямой, с изменением направления.	Лежа на спине - "угол"	18.03-22.03	
77	Ведение мяча в движении по прямой, с изменением направления.	Лежа на спине - "угол"	18.03-22.03	
78	Обучение броскам мяча одной и двумя руками	Лежа на спине - "угол"	18.03-22.03	
79	Обучение броскам мяча одной и двумя руками	Прыжки на одной ноге	25.03-29.03	
80	Совершенствование бросков мяча одной и двумя руками	Прыжки на одной ноге	25.03-29.03	

81	Контрольный урок. Учебная игра по упрощенным правилам	Прыжки на одной ноге	25.03-29.03	
	<b>ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ - 6 ч.</b>			
82	Равномерный медленный бег до 5 минут	Бег до 12 минут	1.04-5.04	
83	Равномерный медленный бег до 5 минут	Бег до 12 минут	1.04-5.04	
84	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км	Бег до 12 минут	1.04-5.04	
85	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км	Кросс до 1 км	8.04-12.04	
86	Метание малого мяча с места из положения грудью в направлении метания	Кросс до 1 км	8.04-12.04	
87	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Контрольный урок на результат.	Кросс до 1 км	8.04-12.04	
	<b>ФУТБОЛ - 12 ч.</b>			
88	Стойка игрока, перемещения в стойке приставными шагами; ускорение с изменением направления движения	Челночный бег - 3*5м	15.04-19.04	
89	Сочетание комбинаций перемещений	Челночный бег - 3*5м	15.04-19.04	
90	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы	Челночный бег - 3*5м	15.04-19.04	
91	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы	Челночный бег - 3*10м	22.04-26.04	
92	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы	Челночный бег - 3*10м	22.04-26.04	
93	Остановка мяча внешней стороной стопы и подошвой	Челночный бег - 3*10м	22.04-26.04	
94	Остановка мяча внешней стороной стопы и подошвой	Бег 60 метров	6.05-8.05	
95	Ведение мяча по прямой, с изменением направления движения, скорости, "змейкой"	Бег 60 метров	6.05-8.05	
96	Ведение мяча по прямой, с изменением направления движения, скорости, "змейкой"	Бег 60 метров	6.05-8.05	
97	Игровые задания 2:1; 3:2	Бег с ускорением	13.05-17.05	
98	Игровые задания 2:1; 3:3	Бег с ускорением	13.05-17.05	
99	Контрольная Игра.	Бег с ускорением	13.05-17.05	

	<b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ - 3ч.</b>			
10 0	Игры с ведением мяча, "Снайперы", "Быстро и точно", "Овладей мячом", "Гонка мячей по кругу"	Прыжок в длину с места	20.05-24.05	
10 1	Игры с ведением мяча, "Снайперы", "Быстро и точно", "Овладей мячом", "Гонка мячей по кругу"	Прыжок в длину с места	20.05-24.05	
10 2	Контрольный урок в соревновательной форме.	Прыжок в длину с места	20.05-24.05	

**«Согласовано»**

Заместитель директора по УР

 /Соловых В.В.

« 30 » августа 2018 г.