

**Специализированное структурное образовательное подразделение Посольства России в Венгрии-
общеобразовательная школа при Посольстве РФ в Венгрии**

Рассмотрено:

на заседании МО учителей
эстетико-оздоровительного цикла
Протокол № 1 от 31.08. 2022г.
руководитель МО
_____ **Сафронова Г.Н.**

Согласовано:

зам. руководителя по УВР
_____ **Матвиенко Е.В.**
от «__» _____ **2022г.**

Утверждено:

Руководитель СП
_____ **Аксёнов А.М.**
Распоряжение № _____
от «__» _____ **2022г.**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Класс (уровень), на котором
изучается учебный курс**

3 (начальное общее образование)

Предметная область

Физическая культура

Учебный предмет

Физическая культура

Учебный год

2022 – 2023

Количество часов в год

68

Количество часов в неделю

2

Программу составил(а)

Ф.И.О. педагогического работника: Матвиенко И.А.

Квалификационная категория: первая

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре на 2022/23 учебный год для обучающихся 3 класса разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Приказа Минобрнауки от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении ФГОС начального общего образования»;
- Приказа Минобрнауки РФ от 5 марта 2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
- Приказа Минпросвещения от 20.05.2020 № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность»;
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015 № 1576 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373"
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- Примерной основной образовательной программой начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол №1/15 от 08.04.2015г. (ред. от 28.10.2015г);
- Основной образовательной программы начального общего образования школы, составленной на основе «Примерной основной образовательной программы начального общего образования»;
- Рабочей программы воспитания школы на 2022 – 2025 гг.;
- Учебного плана начального общего образования школы на 2022 – 2023 учебный год;
- Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (утверждена решением Коллегии Министерства просвещения и науки РФ от 24.12.2018 года).
- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов и ориентирована на использование УМК:
 1. Лях В.И. Физическая культура. 1–4 классы: учеб. для учащихся общеобразоват. организаций/ В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2019.
 2. Лях В.И. Физическая культура. 1–4 классы. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха/ В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2019.

На изучение данного предмета отводится 68 часов (2 часа в неделю). Так как один урок заведомо попадает на праздничный день (09.05), то программа осваивается за 67 часов за счёт уплотнения учебного материала.

Текущий контроль и промежуточная аттестация учащихся по физической культуре проводится в соответствии с Положением о порядке проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации общеобразовательной школы при Посольстве России в Венгрии.

Целью программы является формирование 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;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность;
- 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 (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре (2 часа).

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

Способы самостоятельной деятельности (2 часа).

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Физическое совершенствование (64 часа).

Оздоровительная физическая культура (1 час).

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура (53 часа).

Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения в движении противоходом; перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками; приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге; прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища.

Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег; бег с преодолением препятствий; с ускорением и торможением; максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Подвижные и спортивные игры. Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча; ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача; приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча; удар по неподвижному футбольному мячу.

Прикладно-ориентированная физическая культура (10 часов).

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Предполагаемые результаты освоения учебной дисциплины

Программа обеспечивает достижение учащимися 3 класса определенных **личностных, метапредметных и предметных** результатов.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Планируемые результаты освоения программы по физической культуре

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни
• основы истории развития физической культуры в России (в СССР); • особенности развития избранного вида спорта; • особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей направленности; • основы деятельности системы дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках средствами физической культуры; • способы укрепления здоровья и повышения физической подготовленности; • правила использования спортивного инвентаря и оборудования; • правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.	• четко ориентироваться в социуме в знаниях истории развития физической культуры в России. • технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; • управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками; • соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях; • пользоваться современным спортивным инвентарём и оборудованием;	• выполнять физические упражнения и заниматься спортом в условиях активного отдыха и досуга; • выполнять элементы судейства соревнований; • организовать соревнования по избранному виду спорта, относительно возрастному уровню.

Критерии и нормы оценивания уровня подготовки обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: время, количество, длину, высоту.

Уровень физической подготовленности учащихся

№ п/п	Физические способности	Контрольное Упражнение (тест)	Возраст	Уровень					
				мальчики			девочки		
				низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег на 30 м (с)	7	7,5 и в	7,3-6,2	5,6 и в	7,6 и в	7,5-6,4	5,8 и н
			8	7,1	7,0-6,0	5,4	7,3	7,2-6,2	5,6
			9	6,8	6,7-5,7	5,1	7,0	6,9-6,0	5,3
			10	6,6	6,5-5,5	5,1	6,6	6,5-5,6	5,2
2.	Координацион ные	Челночный бег 3*10 м (с)	7	11,2и в	10,8-10,3	9,9 и н	11,7и в	11,3/10,6	10,2 и н
			8	10,4	10,0-9,5	9,1	11,1	10,7/10,1	9,7
			9	10,2	9,9-9,3	8,8	10,8	10,3/9,7	9,3
			10	9,9	9,5-9,0	8,6	10,4	10,4/9,5	9,1
3.	Скоростно- силовые	Прыжок в длину с места (см)	7	100 и н	115-135	155 и в	85 и н	110-130	150 и в
			8	110	125-145	165	90	125-140	155
			9	120	130-150	175	110	135-150	160
			10	130	140-160	185	120	140-155	170
4.	Выносливость	6-минутный бег (м)	7	700 и н	750-900	1100и в	500 и н	600-800	900 и в
			8	750	800-950	1150	550	650-850	950
			9	800	850/1000	1200	600	700-900	1000
			10	850	900/1050	1250	650	750-950	1050
5.	Гибкость	Наклон вперед Из положения сидя (см)	7	1 и н	3-5	+9 и в	2 и н	6-9	12,5 и в
			8	1	3-5	+7,5	2	5-8	11,5
			9	1	3-5	7,5	2	6-9	13,0
			10	2	4-6	8,5	3	7-10	14,0
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), (раз), на низкой перекладине из виса лежа (девочки), (раз)	7	1	2-3	4 и в	2 и н	4-8	12 и в
			8	1	2-3	4	3	6-10	14
			9	1	3-4	5	3	7-11	16
			10	1	3-4	5	4	8-13	18

РЕАЛИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРЕДПОЛАГАЕТ СЛЕДУЮЩЕЕ:

- формирование у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни;
- побуждение обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- установление доверительных отношений между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя;
- воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности;
- воспитание культуры общения на уроке;
- формирование учителем умений слушать, слышать, высказывать и аргументировать своё мнение;
- реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов;
- формирование понимания влияния физических упражнений на физическое развитие и физическую подготовленность;
- формирование понимания анализа техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу;
- научить владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- формировать умения работать в команде;
- осваивание умений договариваться и помогать одноклассникам в совместной работе;
- формирование умения организовывать самостоятельную работу учащихся, соблюдение техники безопасности и формирование знаний гигиенических правил, связанных с ЗОЖ и организацией рабочего места, безопасность в быту;
- привлекать внимание к знаниям о значениях гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости;
- формирование знания о значении страховки и выполнять страховку и самостраховку во время занятий;
- воспитание у обучающихся чувство уважения к сопернику, к судье, чувство поддержки своим одноклассникам.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Разделы	Количество часов	Количество часов с учетом изменений
1	Знания о физической культуре.	2	2
2	Способы самостоятельной деятельности.	2	2
3	Физическое совершенствование.	64	63
Итого:		68	67

В программу внесены некоторые изменения: произведена замена часов, отведенных на лыжную подготовку и плавание, на часы раздела «Подвижные и спортивные игры».

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Дата по плану	Дата факт.
Знания о физической культуре (2 часа)			
1	Физическая культура у древних народов.	01.09	
2	История возникновения первых спортивных соревнований и видов спорта.	06.09	
Способы самостоятельной деятельности (2 часа)			
3	Виды физических упражнений.	08.09	
4	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой.	13.09	
Физическое совершенствование (63 часа)			
<i>Оздоровительная физическая культура (1 час)</i>			
5	Закаливание организма. Дыхательная и зрительная гимнастика.	15.09	
Спортивно-оздоровительная физическая культура (53 часа)			
<i>Гимнастика с основами акробатики.</i>			
6	Строевые команды и упражнения.	20.09	
7	Передвижений в колонне по одному.	22.09	
8	Перестроения уступами из колонны по одному в колонну по три и обратно стоя на месте.	27.09	
9	Перестроения уступами из колонны по одному в колонну по три и обратно в движении.	29.09	
10	Передвижения по гимнастической скамейке.	11.10	
11	Стилизованная ходьба с произвольным движением рук (вперёд, вверх, назад, в стороны).	13.10	
12	Движения туловища стоя и во время ходьбы.	18.10	
13	Передвижения спиной вперёд с поворотом кругом способом переступания.	20.10	
14	Передвижение стилизованным шагом с высоким подниманием колен.	25.10	
15	Передвижение приставным шагом с чередованием движения левым и правым боком.	27.10	
16	Передвижения по наклонной гимнастической скамейке.	01.11	
17	Передвижения по гимнастической стенке.	03.11	
18	Передвижения по гимнастической стенке.	08.11	
19	Прыжки через скакалку.	10.11	
20	Ритмическая гимнастика.	15.11	
<i>Легкая атлетика.</i>			
21	Подводящие упражнения к прыжку с разбега, согнув ноги.	17.11	
22	Спрыгивание с горки матов с выполнением техники приземления.	29.11	
23	Спрыгивание с горки матов со сгибанием и разгибанием ног в коленях во время полёта.	01.12	
24	Спрыгивание с горки матов со сгибанием и разгибанием ног в коленях во время полёта.	06.12	
25	Прыжки с места вперёд-вверх толчком одной ногой с разведением и сведением ног в полёте.	08.12	

26	Прыжки с места вперёд-верх толчком одной ногой с разведением и сведением ног в полёте.	13.12	
27	Прыжок в длину с разбега.	15.12	
28	Прыжок в длину с разбега.	20.12	
29	Броски набивного мяча.	22.12	
30	Бросок набивного мяча из-за головы в положении стоя на дальность.	27.12	
31	Бросок набивного мяча из-за головы в положении стоя на дальность.	29.12	
32	Бросок набивного мяча из-за головы в положении сидя.	10.01	
33	Бросок набивного мяча из-за головы в положении сидя.	12.01	
34	Беговые упражнения повышенной координационной сложности.	17.01	
35	Челночный бег.	19.01	
36	Челночный бег.	24.01	
37	Бег через набивные мячи.	26.01	
38	Бег с наступанием на гимнастическую скамейку.	31.01	
39	Бег по наклонной гимнастической скамейке.	02.02	
40	Ускорение с высокого старта.	07.02	
41	Ускорение с поворотом направо и налево.	09.02	
42	Бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м.	14.02	
43	Бег с максимальной скоростью на короткое расстояние с дополнительным отягощением.	16.02	
<i>Подвижные и спортивные игры.</i>			
44	Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр.	28.02	
45	Основная стойка баскетболиста.	02.03	
46	Баскетбол: ведение баскетбольного мяча.	07.03	
47	Баскетбол: ведение баскетбольного мяча.	09.03	
48	Баскетбол: ловля баскетбольного мяча.	14.03	
49	Баскетбол: передача баскетбольного мяча.	16.03	
50	Волейбол: прямая нижняя подача.	21.03	
51	Волейбол: прямая нижняя подача.	23.03	
52	Волейбол: приём и передача мяча снизу двумя руками на месте.	28.03	
53	Волейбол: приём и передача мяча снизу двумя руками в движении.	30.03	
54	Футбол: ведение футбольного мяча	04.04	
55	Футбол: ведение футбольного мяча; удар по неподвижному футбольному мячу	06.04	
56	Ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу.	18.04	
57	Удар по неподвижному футбольному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега в мишень.	20.04	
<i>Прикладно-ориентированная физическая культура (10 часов)</i>			
58	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	25.04	
59	Техника тестовых упражнений.	27.04	

60	Тестовые упражнения физической подготовки.	02.05	
61	Развитие силы (упражнения с предметами).	04.05	
62	Развитие силы (упражнения с весом собственного тела).	11.05	
63	Развитие выносливости в прыжках.	16.05	
64	Развитие выносливости в беге и ходьбе.	18.05	
65	Развитие координации (броски малого мяча в цель).	23.05	
66	Развитие координации (передвижения на возвышенной опоре).	25.05	
67	Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.	30.05	