

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа № 29
города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области

РАССМОТРЕНО

на заседании методического объединения
учителей начальных классов
Протокол № 1 от «29» августа 2018 г.

ПРОВЕРИЛ

«30» августа 2018 г.

и.о. заместителя директора по УВР


А.В.Капустина

УТВЕРЖДЕНО

к использованию

в образовательном процессе

Директор ГБОУ СОШ № 29 г. Сызрани

Шапошникова

Приказ от «30» августа 2018 г. № 166



**Рабочая программа
по предмету "Физическая культура"
на 2018-2019 учебный год
ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ**

Классы: 8-в

Рабочая программа разработана на основе: Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования; авторской образовательной программы по физической культуре, автор Лях В.И. «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» М.: Просвещение, 2016.

Рабочая программа рассчитана на 9 часов- 1 час в месяц

Рабочую программу составил: С.М. Тяпаев, учитель уч.предмета "Физическая культура"

I. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В 8-в классе обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), - с нарушением психофизического развития, нуждающиеся в специальном (коррекционном) обучении и воспитании.

Физическая культура(адаптивная) способствует улучшению здоровья и физического развития учащихся, направлена на достижение максимального эффекта в реализации имеющихся у ребёнка возможностей в соответствии с психофизиологическими особенностями возраста и с учётом индивидуального развития ребёнка.

Обучающиеся смогут научиться(научаться)

Личностные результаты в области физической культуры, **обучающиеся научаться:** понимать значение физического развития для человека и принимать его; ориентироваться на понимание причин успеха в учебной деятельности, проявлять учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу, проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; накапливать необходимые знания, умения в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях; ориентироваться на принятие и освоение социальной роли обучающегося; раскрывать внутреннюю позицию школьника; ориентироваться на самоанализ и самоконтроль результата.

Метапредметные результаты в области физической культуры, **обучающиеся научаться:** использовать общие приёмы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; использовать речь для регуляции своего действия; формировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению совместной деятельности; ориентироваться в разнообразии

способов решения задач; ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии; использовать общие приёмы решения поставленных задач; оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей. Задавать вопросы, обращаются за помощью; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; характеризовать действия, объективно оценивать их на основе освоенных знаний и имеющегося опыта, осуществлять логические действия.

Предметные результаты в области физической культуры, **обучающиеся научатся:** соблюдать правила безопасного поведения на уроке; выполнять комплекс утренней гимнастики; контролировать нагрузку в процессе выполнения учебных заданий; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; выполнять упражнения по образцу учителя; понимать значение развития физических качеств для укрепления здоровья.

II. Содержание учебного предмета физическая культура

№ урока	Название раздела	Краткая характеристика содержания раздела	Количество часов, отводимых на освоение раздела
1	Основы знаний о физической культуре	Естественные основы, социально-психологические основы, культурно-исторические основы; приёмы закаливания, способы самоконтроля.	В процессе урока
2	Спортивные игры	Обучение технике игры, технико-тактическим	39ч.

		действиям одной из спортивных игр.Игровые упражнения. Обучение детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия(с мячом и без мяча) в нападении и в защите. Стойки и перемещения игрока. Освоение техники приёмов и подач мяча	
3	Гимнастика с основами(элементами) акробатики	Более сложные упражнения в построениях и перестроениях, общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами(набивными мячами, скакалками, обручами), акробатические упражнения, опорные прыжки, упражнения в висах и упорах на различных гимнастических снарядах.	21ч.
4	Лыжная подготовка	Освоение техники способов передвижения на лыжах(лыжных ходов). Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы. Подъём "полуёлочкой". Торможение "плугом". Повороты переступанием.	15ч.
5	Лёгкая атлетика	Легкоатлетические упражнения: бег, прыжки, метания. Обучение бегу на короткие и средние дистанции, прыжкам в длину и высоту с разбега, метанию.	27ч.

III. Тематическое планирование с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы по физической культуре 8-в класс (индивидуальное обучение)

№ урока	Дата проведения	Название темы	Виды учебной деятельности обучающихся	
			Очные часы	Самостоятельная работа
1		<p align="center">Лёгкая атлетика (15 часов)</p> <p>Вводный инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры. Введение в образовательную программу. Олимпийские игры. Виды спорта. Известные советские и российские спортсмены. Виды легкоатлетических упражнений. Освоение техники спортивной ходьбы.</p>	+	Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Осваивают технику легкоатлетических упражнений. Проявляют качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
2		Основные понятия об игровой деятельности. Содержание и освоение простейших приёмов игры в футбол (мини-футбол).	+	Осваивают технику спринтерского бега. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
3		Освоение техники бега на короткие дистанции. Развитие скоростных способностей.		Осваивают технику спринтерского бега. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
4		Развитие скоростных способностей. Бег на результат 30м.		Осваивают технику спринтерского бега. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
5		Развитие скоростных способностей. Бег на результат 60м.		Осваивают технику спринтерского бега. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность

				движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
6		Освоение техники бега на средние дистанции. Развитие скоростных способностей.		Осваивают технику бега на средние дистанции. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
7		Освоение техники бега на средние дистанции. Развитие скоростных способностей.		Осваивают технику бега на средние дистанции. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
8		Развитие скоростных способностей. Бег на результат 300м.		Осваивают технику бега на средние дистанции. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
9		Развитие скоростных способностей. Бег на результат 500м.		Осваивают технику бега на средние дистанции. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
10		Освоение техники длительного бега. Развитие выносливости.		Проявляют качества быстроты и выносливости при выполнении легкоатлетических упражнений. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
11		Развитие выносливости. Бег на 1000м. на результат		Проявляют качества быстроты и выносливости при выполнении легкоатлетических упражнений. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
12		Освоение техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых способностей		Осваивают технику прыжка в длину с места. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют

				посильные двигательные задачи.
13		Развитие скоростно-силовых способностей .Прыжок в длину с места на результат .		Осваивают технику прыжка в длину с места. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
14		Развитие скоростно-силовых способностей. Освоение техники челночного бега.		Осваивают технику челночного бега.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
15		Развитие скоростно-силовых способностей. Челночный бег 3X10м. на результат		Осваивают технику челночного бега.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
16		<i>Спортивные игры (баскетбол,streetball-стритбол 6 часов)</i> Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в спортивных и подвижных играх		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении упражнений в спортивных и подвижных играх. Осваивают технику приёмов игры в баскетболе,стритболе.Включаютсявучебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
17		Освоение техники держания мяча и передвижений игрока	+	Проявляют качества быстроты. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
18		Освоение техники держания мяча и передвижений игрока	+	Проявляют качества быстроты.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
19		Освоение техники ведения мяча		Проявляют качества быстроты. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют ивыполняютпосильные

				двигательные задачи.
20		Освоение техники ведения мяча		Проявляют качества быстроты. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
21		Освоение техники ведения мяча		Проявляют качества быстроты. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
22		Спортивные игры (волейбол 15 часов) Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в спортивных и подвижных играх		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении упражнений в спортивных и подвижных играх. Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
23		Освоение технических приёмов в волейболе	+	Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
24		Освоение технических приёмов в волейболе	+	Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
25		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
26		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.

27		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
28		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
29		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
30		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
31		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
32		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
33		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
34		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют

				посильные двигательные задачи.
35		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
36		Освоение технических приёмов в волейболе		Осваивают технику приёмов игры в волейболе. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
37		Гимнастика с основами акробатики (21 час) Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в гимнастике с основами (элементами) акробатики.		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
38		Организующие команды и строевые приёмы. Упражнения общеразвивающей направленности	+	Осваивают организующие команды и строевые приёмы. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
39		Организующие команды и строевые приёмы. Упражнения общеразвивающей направленности		Осваивают организующие команды и строевые приёмы. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
40		Упражнения в висах. Развитие силовых способностей	+	Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
41		Упражнения в висах. Развитие силовых способностей		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность

				движений, повторяют и выполняют силовые двигательные задачи.
42		Развитие силовых способностей. Подтягивания на высокой(низкой) перекладине на результат		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют силовые двигательные задачи.
43		Развитие силовых способностей.		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют силовые двигательные задачи.
44		Развитие силовых способностей. Сгибания-разгибания рук в упоре лёжа на результат		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют силовые двигательные задачи.
45		Акробатические упражнения и комбинации. Опорные прыжки		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют силовые двигательные задачи.
46		Акробатические упражнения и комбинации. Опорные прыжки		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют силовые двигательные задачи.
47		Опорные прыжки. Контрольное упражнение: прыжок из упора стоя на коленях		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют

				посильные двигательные задачи.
48		Развитие скоростно-силовых способностей. Поднимание туловища из положения лёжа(кол-во раз за 30с.)		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики.*Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
49		Упражнения в равновесии.Развитие координационных способностей	+	Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
50		Упражнения в равновесии.Развитие координационных способностей		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
51		Лазанье по канату в два приёма. Развитие силовых способностей		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
52		Лазанье по канату в два приёма. Развитие силовых способностей		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
53		Повторный инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма на уроках физической культуры		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.

54		Развитие скоростно-силовых способностей. Прыжки через скакалку за 30с.		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
55		Развитие скоростно-силовых способностей. Прыжки через скакалку за 30с. на результат		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
56		Развитие гибкости		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
57		Развитие гибкости. Контрольный тест: наклон вперёд из положения сидя ноги вместе.		Осваивают технические элементы в гимнастике с элементами акробатики. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
58		Лыжная подготовка (15 часов) Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в лыжной подготовке		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении упражнений в лыжной подготовке. Осваивают технику способов передвижения на лыжах. Проявляют качества быстроты и выносливости в лыжной подготовке. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
59		Освоение техники способов передвижения на лыжах		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.

				посильные двигательные задачи.
68		Освоение техники способов передвижения на лыжах		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
69		Освоение техники способов передвижения на лыжах		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
70		Освоение техники способов передвижения на лыжах		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
71		Освоение техники способов передвижения на лыжах		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
72		Освоение техники способов передвижения на лыжах		Осваивают технику способов передвижения на лыжах. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
73		Спортивные игры (баскетбол, streetball-стритбол 6 часов) Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в спортивных и подвижных играх		Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе). Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
74		Освоение техники бросков мяча		Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе) Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.

75		Освоение техники бросков мяча		Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе).Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
76		Освоение техники бросков мяча		Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе).Включаютсявучебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
77		Освоение техники бросков мяча		Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе).Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
78		Освоение техники бросков мяча		Осваивают технические приёмы игры в баскетболе(стритболе).Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
79		<i>Спортивные игры (волейбол 12 часов)</i> Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в спортивных и подвижных играх		Выполняют командно-тактические действия в игре.Включаютсявучебнуюработу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
80		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре.Включаютсявучебнуюработу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
81		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре.Включаютсявучебнуюработу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют

				посильные двигательные задачи.
82		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
83		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
84		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
85		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
86		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
87		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
88		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
89		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу, развивают

				глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
90		Игра в волейбол по упрощённым правилам		Выполняют командно-тактические действия в игре. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
91		<i>Лёгкая атлетика</i> <i>(12 часов)</i> Инструктаж по технике безопасности и мерам предупреждения травматизма в лёгкой атлетике		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняют посильные двигательные задачи.
92		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
93		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
94		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.
95		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях.Включаются в учебную работу,развивают глазомер,точность движений,повторяютвыполняютпосильные двигательные задачи.

96		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
97		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
98		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
99		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
100		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
101		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную работу, развивают глазомер, точность движений, повторяют и выполняют посильные двигательные задачи.
102		Легкоатлетические эстафеты.		Проявляют качества быстроты в легкоатлетических упражнениях. Включаются в учебную

				работу, развивают движений, повторяют и выполняют двигательные задачи.	глазомер, точность выполняют посильные
--	--	--	--	--	--

