





Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Кулунская основная общеобразовательная школа»

Рассмотрено  
на заседании ШМО  
« Культурологическое »  
 /\_Е.А.Казакова /  
Протокол №1  
от «27» августа 2020г.

Согласовано:  
заместителя директора по УВР  
 /И.Н.Кулакова/  
Протокол №1  
от «28» августа 2020 г.

Утверждаю:  
директора МБОУ «Кулунская ООШ»  
 С.Н. Федорова  
  
Приказ № 272 от « 31 » августа 2020г.

### Рабочая программа

Наименование учебного предмета: Физическая культура

Класс 1

Срок реализации программы 1 год, 2020– 2021 учебный год

Количество часов по учебному плану 99

Всего часов в год: 99

В неделю 3 часа

Используемый УМК: Авторская программа «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы» В.И. Лях, А.А, Зданевич

- Модульная программа третьего урока физической культуры для 1-11 классов общеобразовательных учреждений (Рекомендована экспертным советом Министерства образования и науки Российской Федерации по совершенствованию системы физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации для использования в образовательном процессе общеобразовательных учреждений по учебному предмету «Физическая культура»). Спортивные игры «Гандбол»

Рабочую программу составил

  
подпись

/Хисмутдинов Р.Р.,./

расшифровка подписи

с. Кулун 2020

### Планируемые результаты изучения учебного предмета, курса

<p>Результаты освоения рабочей программы по каждому тематическому разделу</p>	<p>Виды деятельности обучающихся, направленные на достижение результата</p>	<p>Организация проектной и учебно-исследовательской деятельности обучающихся (возможно приложение тематики проектов);</p>
<p><b>1 Знания о физической культуре</b></p> <p><b>Выпускник научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;</li> <li>-характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;</li> <li>-раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;</li> <li>-ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;</li> </ul>	<p><b>Укрепление здоровья</b> школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных жизнеобеспечивающих систем организма улучшение осанки; профилактика плоскостопия; содействие гармоничному физическому, нравственному, социальному развитию, успешному обучению.</p> <p><b>Совершенствование</b> жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта.</p> <p><b>Формирование</b> общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности.</p> <p><b>Развитие интереса</b> к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.</p>	<p>Мини –проект «Закаливание»</p>

-характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

**Выпускник 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 учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.*

## **2 Способы физкультурной деятельности**

**Выпускник научится:**

отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

организовывать и проводить подвижные игры и простейшие 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 и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

**Обучение** простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

**Воспитание** к дисциплинированности, доброжелательного отношения, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психологических процессов ( мышления, памяти, логике и т.д....) в ходе двигательной деятельности.

<b>Выпускник получит возможность научиться:</b>		
<p><i>вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультурминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;</i></p> <p><i>целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;</i></p> <p><i>выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.</i></p> <p><b>3 Физическое совершенствование</b></p> <p><b>Выпускник научится:</b></p> <p>выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);</p> <p>выполнять организующие строевые команды и приемы;</p> <p>выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);</p> <p>выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);</p> <p>выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);</p> <p>выполнять игровые действия и упражнения из</p>		

<p>подвижных игр разной функциональной направленности.</p> <p><b>Выпускник получит возможность научиться:</b></p> <p><i>сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;</i></p> <p><i>выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;</i></p> <p><i>играть в баскетбол, футбол, гандбол и волейбол по упрощенным правилам;</i></p> <p><i>выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;</i></p> <p><i>выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России)</i></p>		
--	--	--

### Содержание учебного предмета (курса)

Краткую характеристику содержания предмета или курса по каждому тематическому разделу с учетом требований ФГОС общего образования	Количество часов	Воспитывающий и развивающий потенциал учебного предмета, курса.	Межпредметные связи учебного предмета, курса.
<p><b>1 Знания о физической культуре</b></p> <p><b>Физическая культура.</b> Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.</p> <p>Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p> <p><b>Из истории физической культуры.</b> История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.</p> <p><b>Физические упражнения.</b> Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p> <p>Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты</p>	5ч	<p>Каждый из этих уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. Путем повышения самостоятельности и</p>	<p><b>Математика</b></p> <p>Обучающиеся используют такие математические понятия как построение в одну шеренгу ( это прямая), в колонну по два, по три- (параллельные прямые), в круг - (окружность) и т.д.</p> <p><b>. Связь с литературой.</b></p> <p>При выполнении строевых упражнений можно вспомнить басню: где щука, рак и лебедь действуют по своему и т.д</p> <p>Без знаний <b>информатики</b>, учащиеся не могут создавать свои работы на компьютере (презентации, проекты, буклеты).</p>

<p>сердечных сокращений.</p> <p><b>2 Способы физкультурной деятельности</b></p> <p><b>Самостоятельные занятия.</b> Составление режима дня.Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).</p> <p><b>Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.</b> Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.</p> <p><b>Самостоятельные игры и развлечения.</b> Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).</p> <p><b>3 Физическое совершенствование</b></p> <p><b>Физкультурно-оздоровительная деятельность.</b> Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.</p> <p><b>Спортивно-оздоровительная деятельность<sup>1</sup>.</b></p> <p><b>Гимнастика с основами акробатики.</b> Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне, выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры,седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на</p>	<p>В проце ссе уроко в</p> <p>94ч</p>	<p>познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье</p> <p>Содержание учебного предмета «Физическая культура» направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности</p>	<p><b>Окружающий мир</b></p> <p>Работа над общей физической подготовкой невозможна без осмысления таких биологических понятий как дыхание, обмен веществ. Важно раскрыть учащимся анатомические и физиологические основы физической культуры, т.е. познакомить их с жизненными процессами организма не только в состоянии покоя, но и во время мышечной деятельности (физические упражнения, физическая работа).</p> <p>Физминутки на уроках</p>
---	---	---	--

<sup>1</sup>

<p>лопатках, кувырки вперед и назад, гимнастический мост. Акробатические комбинации.</p> <p>Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.</p> <p>Гимнастическая комбинация..</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p> <p><b>Легкая атлетика.</b> Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.</p> <p>Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.</p> <p>Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.</p> <p>Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p> <p><b>Лыжные гонки.</b> Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение.</p> <p><b>Подвижные и спортивные игры.</b> На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p>На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p>На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.</p>			
---	--	--	--



<p>На материале спортивных игр</p> <p>Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p>Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Гандбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча по воротам. Подвижные игры разных народов.</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b></p> <p><b>На материале гимнастики с основами акробатики</b></p> <p>Развитие гибкости:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-широкие стойки на ногах;</li> <li>-ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами;</li> <li>-наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах;</li> <li>-выпады и полушпагаты на месте</li> </ul> <p>Развитие координации:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-произвольное преодоление простых препятствий;</li> <li>-передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе;</li> <li>ходьба по гимнастической скамейке, низкому;</li> <li>- комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами;</li> <li>-равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие;</li> <li>-упражнения на расслабление отдельных мышечных групп;</li> </ul> <p>передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.</p>			
---	--	--	--

<p>Формирование осанки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку;</li> <li>-комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа;</li> <li>-комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.</li> </ul> <p><b>На материале легкой атлетики</b></p> <p>Развитие координации:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений;</li> <li>-прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.</li> </ul> <p>Развитие быстроты:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений;</li> <li>-челночный бег;</li> <li>-бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.</li> </ul>			
--	--	--	--

### Тематическое планирование учебного предмета

	Название темы	Количество часов, отводимых на основе темы	Планируемые образовательные результаты учащихся по каждой теме (распределению по темам подлежат планируемые образовательные результаты учащихся, зафиксированные согласно п. 2.2.1 настоящего Положения)	
			Предметные действия	УУД
1	Знания о физической культуре	5	<p>Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);</li> <li>- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических</li> </ul>	<p><b>Личностные</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Ценит и принимает следующие базовые ценности: «добро», «родина», «природа», «семья».</li> <li>-Понимает чувства других людей, сопереживает им, прислушивается к мнениям других.</li> <li>-Взаимодействует со сверстниками и взрослыми: через участие в совместной деятельности, ведение переговоров в игре.</li> <li>Оценивает себя в роли ученика по критериям, предложенным взрослыми</li> <li>-Положительно относится к школе, проявляет интерес к учебной деятельности.</li> <li>-Ориентируется в нравственном</li> </ul>

			<p>качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;</li> <li>- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;</li> <li>- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.</li> </ul>	<p>содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Знает моральные нормы поведения в школе.</li> <li>-Следует инструкциям старших о безопасном и здоровом образе жизни и бережному отношению к материальным, духовным и эстетическим ценностям</li> </ul> <p><b>Регулятивные</b></p> <p>Принимает и сохраняет цель выполнения заданий на уроке, во внеурочной деятельности, в жизненных ситуациях под руководством учителя.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Учитывает выделенные ориентиры действий в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем.</li> <li>-Планирует совместно с учителем свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</li> <li>-Осваивает способы итогового, пошагового контроля по результату</li> <li>-Адекватно воспринимает предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</li> <li>-Овладевает способами коорекции и самооценки выполнения действия, предложенным учителем.</li> </ul>
2	<b>Способы физкультурной деятельности</b>	В процессе уроков		

3	<b>Физическое совершенствование</b>	94		<p><b>Коммуникативные</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Имеет первоначальные представления о работе в группах. Участвует в диалоге на уроке и в жизненных ситуациях.</li> <li>-Умеет слушать, принимать чужую точку зрения, отстаивать свою.</li> <li>-Строит простое речевое высказывание.</li> </ul> <p><b>Познавательные</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Выделяет и формулирует познавательную цель с помощью учителя</li> <li>-Осуществляет поиск и выделяет конкретную</li> <li>С помощью учителя использует знаково – символические действия</li> <li>-Включается в творческую деятельность под руководством учителя.</li> </ul>
---	-------------------------------------	----	--	--

### Календарно-тематическое планирование

№	Тема урока	Дата проведения	
		По плану	По факту
	<i>Легкая атлетика</i> <u>Ходьба и бег</u>		
1.	Понятие о физической культуре. Техника безопасности на уроках физической культуры.	01.09	
2.	Специальные беговые упражнения	02.09	
3.	Начальные умения и навыки в гандболе.	03.09	
4.	Бег с изменением скорости передвижения.	08.09	
5.	Специальные беговые упражнения .	09.09	
6.	Стойка гандболиста	10.09	
7.	Развитие скоростных способностей. Игры	15.09	
8.	Развитие прыжковых качеств. Игры	16.09	
9.	Разновидности прыжков в гандболе.	17.09	
10.	<u>Метание</u> Метание мяча в цель.	22.09	

11.	Развитие координационных способностей	23.09	
12.	Бег зигзагом в гандболе.	24.09	
13.	Метание мяча на дальность.	29.09	
14.	<u>Прыжки</u> Развитие силовых способностей и прыгучести.	30.09	
15.	Падение на руки с переходом на грудь в гандболе.	01.10	
16.	Прыжок в длину с разбега .	06.10	
17.	Урок- игра. Развитие силовых способностей и прыгучести.	07.10	
18.	Передача мяча в гандболе.	08.10	
19.	Форма- экскурсия: Преодоление препятствий	13.10	
20.	Переменный бег	14.10	
21.	Ловля мяча двумя руками в прыжке в гандболе.	15.10	
22.	Виды бега	20.10	
23.	Форма- путешествие Развитие выносливости.	21.10	
24.	Ловля мяча в опорном прыжке в гандболе.	22.10	
25.	Эстафета	03.11	
26.	Броски мяча в цель	05.11	
	<i>Подвижные игры на основе б/б</i>		

27.	Основы знаний Инструктаж по баскетболу	10.11	
28.	Стойки и передвижения, повороты, остановки. «Игра мяч не потеряй.»	11.11	
29.	Ловля и передача мяча в тройках в гандболе.	12.11	
30.	Ведение мяча на месте, в движении. П/игра «Мяч водящему»	17.11	
31.	Бросок мяча в цель (щит).	18.11	
32.	Бросок мяча в цель в гандболе	19.11	
33.	Развитие координационных способностей. «Мяч в корзину»	24.11	
34.	Игровые задания, эстафеты с мячом.	25.11	
35.	Попади по воротам в гандболе	26.11	
36.	Основы знаний Инструктаж по баскетболу	01.12	
37.	Стойки и передвижения, повороты, остановки.	02.12	
38.	Ловля и передача мяча с отскоком в гандболе.	03.12	
39.	Ведение мяча на месте, в движении.	08.12	
40.	Развитие ловкости.	09.12	
41.	Бросок мяча по воротам в гандболе.	10.12	
42.	Развитие координационных способностей	15.12	
43.	Игровые задания, эстафеты с мячом.	16.12	



44.	Передача мяча в движении в одном направлении в гандболе.	17.12	
45.	Основы знаний Инструктаж по баскетболу.	22.12	
46.	Стойки и передвижения, повороты, остановки.	23.12	
47.	Ловля и передача мяча в гандболе.	24.12	
48.	Ведение мяча на месте, в движении. П/игра «Мяч водящему»	29.12	
	<i>Гимнастика</i>		
49.	СУ. Основы знаний. Значение гимнастических упражнений	12.01	
50.	Передача мяча в тройках в гандболе.	13.01	
51.	Упражнения в лазанье и перелезании.	14.01	
52.	Упражнения в висе и упорах.	19.01	
53.	Ловля мяча в прыжке в движении в гандболе.	20.01	
54.	Упражнения в висе и упорах.	21.01	
55.	Развитие гибкости	26.01	
56.	Передача мяча одной рукой хлестом в гандболе.	27.01	
57.	Развитие гибкости.	28.01	
58.	Акробатические упражнения с предметами.	02.02	
59.	Передача мяча в прыжке партнеру в гандболе.	03.02	

<b>60.</b>	Развитие координационных способностей	04.02	
<b>61.</b>	Упражнения в лазанье и перелезании.	09.02	
<b>62.</b>	Передача мяча в движении в гандболе.	10.02	
<b>63.</b>	Эстафеты. Развитие двигательных качеств.	11.02	
<b>64.</b>	<i>Подвижные игры</i> Развитие скоростно- силовых способностей	16.02	
<b>65.</b>	Ведение мяча с изменением направления в гандболе.	17.02	
<b>66.</b>	Развитие координационных способностей	18.02	
<b>67.</b>	П/ игры на развитие скорости Эстафеты.	24.02	
<b>68.</b>	Ведение мяча с изменением скорости в гандболе.	25.02	
<b>69.</b>	Упражнения на равновесие	02.03	
<b>70.</b>	Развитие координационных способностей	03.03	
<b>71.</b>	Ведение мяча подбрасыванием в гандболе.	04.03	
<b>72.</b>	Игры на развитие ловкости	09.03	
<b>73.</b>	Эстафеты. Развитие двигательных качеств.	10.03	
<b>74.</b>	Бросок мяча хлестом сверху в гандболе.	11.03	
<b>75.</b>	Игра «Прыгуны и пятнашки»	16.03	
<b>76.</b>	Развитие координационных способностей	17.03	

77.	Бросок в прыжке в гандболе.	18.03	
	Легкая атлетика		
78.	Преодоление препятствий	30.03	
79.	Переменный бег	31.03	
80.	Штрафной бросок в гандболе.	01.04	
81.	Кроссовая подготовка	06.04	
82.	Прыжки в длину с разбега.	07.04	
83.	Развитие скоростной выносливости в гандболе.	08.04	
84.	Развитие скоростных способностей Стартовый разгон	13.04	
85.	Развитие координационных способностей.	14.04	
86.	Выбивание мяча при ведении в гандболе.	15.04	
87.	Бег 30м	20.04	
88.	Метание мяча в цель.	21.04	
89.	Метание мяча на дальность в гандболе.	22.04	
90.	Развитие силовых способностей и прыгучести	27.05	
91.	Бег 100м.	28.05	
92.	Блокирование мяча в прыжке в гандболе.	29.05	

<b>93.</b>	Преодоление препятствий	04.05	
<b>94.</b>	Челночный бег 3\10	05.05	
<b>95.</b>	Стойка вратаря, перемещения.	06.05	
<b>96.</b>	Кроссовая подготовка	11.05	
<b>97.</b>	Бросок набивного мяча	12.05	
<b>98.</b>	Применение броска с открытой позиции	13.05	
<b>99.</b>	Игра Точно в цель.	18.05	

**Лист корректировки календарно-тематического планирования**

<b>№ и дата протокола</b>	<b>Содержание изменения</b>	<b>Дата проведения по плану</b>	<b>Дата проведения по факту</b>

