

	(50–60 м). Финиширование. Эстафеты. Челночный бег (3 × 10). Развитие скоростных качеств. Бег на результат 60 м. Эстафеты. ВФСК «ГТО»					
2	Прыжок в высоту с 9–11 беговых шагов способом «перешагивание». Специальные беговые упражнения Прыжок в высоту с 9–11 беговых шагов способом «перешагивание». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований Прыжок в высоту с 9–11 беговых шагов способом «перешагивание» ВФСК «ГТО» Метание мяча (150 г) на дальность с 3–5 шагов. Развитие ловкости. П/игра Метание мяча (150 г) на дальность с 3–5 шагов в коридор. П/ игра	Проектная работа	3 недели	Выполнить проектную работу	Российская электронная школа https://resh.edu.ru/	Отправить на электронную почту zavalkinm65@mail.ru
3	Метание мяча (150 г) на дальность с 3–5 шагов с разбега на результат. ВФСК «ГТО» Бег (15 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивная игра «Лапта». Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Понятие о темпе	Проектная работа	3 недели	Выполнить проектную работу	Российская электронная школа https://resh.edu.ru/	Отправить на электронную почту zavalkinm65@mail.ru

<p>упражнения Бег (17 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивная игра «Лапта». Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости Бег (17 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости. Понятие о ритме упражнения</p>					
<p>СОГЛАСОВАНО Зам. директора по УВР МБОУ ООШ № 37 _____ Иваненко И.В.</p>		<p>Учитель ___физической культуры_____ (наименование дисциплины) _____ Завалкин М.Ю. тел./ватсап: 89183579007 эл. почта: zavalkin65@mail.ru</p>			