

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Новосидоровская средняя общеобразовательная школа  
имени 25 героев 12 пограничной заставы»**

641320, Курганская область,  
Кетовский район, с. Новая Сидоровка  
ул.Садовая д.3  
тел.(35 231) 53-3-41  
e-mail: [newss45@yandex.ru](mailto:newss45@yandex.ru)

**ПРИКАЗ № 201**

«О внесении изменений в основную образовательную программу основного общего образования» от 29.06.2021 г.

В соответствии со ст.12 Федерального Закона от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании» и п. 18.2.4. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года №1897, с целью устранения нарушений, выявленных в результате мероприятий по надзору и контролю проведенного в соответствии с приказом Департамента образования и науки Курганской области от «13» января 2021 г. № 10 в отношении МКОУ «Новосидоровская средняя общеобразовательная школа имени 25 героев 12 пограничной заставы»

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Внести изменения в основную общеобразовательную программу основного общего образования МКОУ «Новосидоровская средняя общеобразовательная школа имени 25 героев 12 пограничной заставы», утверждённую приказом директора № 142 от 31 августа 2020 г.:
  - 1.1. В разделе 2.4. «Программа коррекционной работы» исключить слово «учитель-дефектолог».
  - 1.2. Пункт 3.1.1. «Календарный учебный график» изложить в новой редакции (Приложение 1).
2. Учителю Пучковой Т.С предоставить рабочую программу по курсу части, формируемой участниками образовательных отношений «Географическое краеведение» - 8 класс для размещения на официальном сайте ОУ.
3. Пункт «Тематическое планирование» рабочей программы «Физическая культура» 5-9 класс изложить в новой редакции (Приложение 2).
4. Разместить на сайте ОУ настоящий приказ с внесенными изменениями и дополнениями, программу «Географическое краеведение» 8 класс. Ответственный – Безносова С.Н.
5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой

Директор

МКОУ «Новосидоровская средняя  
общеобразовательная школа  
имени 25 героев 12 пограничной заставы»



Е.А.Зубарева

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК  
МУНИЦИПАЛЬНОГО КАЗЕННОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
«НОВОСИДОРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
ИМЕНИ 25 ГЕРОЕВ 12 ПОГРАНИЧНОЙ ЗАСТАВЫ»  
на 2020-2021 учебный год

1. Календарные периоды учебного года.
  - 1.1 Дата начала учебного года: 1 сентября 2020 года.
  - 1.2 Продолжительность учебного года для учащихся 2-8, 10 классов 34 учебных недели.
  - 1.3 Для учащихся 1,9,11 классов продолжительность учебного года 33 учебных недели.

**I четверть**

*с 1 сентября по 30 октября (8 недель 4 дня)  
каникулы осенние с 31 октября по 8 ноября (9 дней)  
Праздничные дни: 4 ноября*

**II четверть**

*с 9 ноября по 29 декабря (7 недель 2 дня)  
каникулы зимние с 30 декабря по 10 января (12 дней)*

**III четверть**

*с 11 января по 19 марта (9 недель 3 дня)  
дополнительные каникулы для 1-го класса  
с 20 февраля по 28 февраля (9 дней)  
каникулы весенние с 20 марта по 28 марта (9 дней)  
Праздничные дни: 23 февраля и 8 марта*

**IV четверть**

*с 29 марта по 28 мая (8 недель и 3 дня)  
Праздничные дни: 1 мая и 9 мая*

2. Промежуточная аттестация по итогам года проводится с 04.05.2021 по 16.05.2021 г.

**Тематическое планирование по физической культуре 5-9 класс**

<b>5 КЛАСС</b>		
<b>№ урока</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b><i>Легкая атлетика – 12 часов</i></b>		
1	Т.Б. Бег на короткие дистанции от 10 до 15 м	1
2	Ускорение с высокого старта	1
3	Бег на результат 30 м	1
4	Высокий старт. Бег 60 м	1
5	Бег в равномерном темпе от 10 до 12 минут	1
6	Кроссовый бег	1
7	Бег 1000 м	1
8	Челночный бег	1
9	Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега способом «согнув ноги»	1
10	Метание малого мяча с места на заданное расстояние; на дальность	1
11	Метание малого мяча в вертикальную неподвижную мишень	1
12	Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы с положения сидя на полу, от груди	1
<b><i>Футбол – 6 часов</i></b>		
13	Т.Б. стойки игрока, перемещения в стойке	1
14	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	2
15		
16	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма.	1
17	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	1
18	Удары по воротам на точность. Игра по упрощенным правилам	1
<b><i>Баскетбол – 9 часов</i></b>		
19	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
20	Остановка двумя шагами и прыжком	1
21	Повороты без мяча и с мячом	1
22	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1
23	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости	1
24	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте	1
25	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	1
26	Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1
27	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Игра по упрощенным правилам.	1
<b><i>Гимнастика – 14 часов</i></b>		
28	Т.Б. Построение и перестроение на месте. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением.	1
29	Перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием.	1
30	Кувырок вперед и назад	2
31		

32	Стойка на лопатках	2
33		
34	Акробатическая комбинация	3
35		
36		
37	Ритмическая гимнастика	1
38	Опорный прыжок	4
39		
40		
41		
<b>Баскетбол – 7 часов</b>		
42	Т.Б. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 м	1
43	Вырывание и выбивание мяча	1
44	Игра по упрощенным правилам	1
45	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1
46	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости	1
47	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте	1
48	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Игра по упрощенным правилам	1
<b>Лыжная подготовка – 12 часов</b>		
49	Т.Б. Попеременный двухшажный ход	2
50		
51	Одновременный бесшажный ход	2
52		
53	Подъём "полуёлочкой"	2
54		
55	Торможение "плугом"	2
56		
57	Повороты переступанием	2
58		
59	Передвижение на лыжах до 3 км	2
60		
<b>Волейбол – 18 часов</b>		
61	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
62	Ходьба и бег, выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	1
63	Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре, через сетку	1
64	Перемещения в стойке, остановки, ускорения	1
65	Передача мяча сверху на месте	2
66		
67	Передачи мяча сверху после перемещения вперед	2
68		
69	Передачи мяча над собой	2
70		
71	Передачи мяча сверху через сетку	2

72		
73	Игра по упрощенным правилам	1
74	Игровые задания с ограниченным числом игроков	1
75	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки	2
76		
77	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером	1
78	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1
<b>Волейбол – 6 часов</b>		
79	Т.Б. Прием и передача мяча сверху двумя руками снизу на месте в паре,	2
80	через сетку	
81	Нижняя прямая подача	1
82	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1
83	Игровые задания с ограниченным числом игроков	1
84	Игра по упрощенным правилам	1
<b>Баскетбол – 6 часов</b>		
85	Т.Б. Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	1
86	Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1
87	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1
88	Броски одной и двумя руками с места и в движении	1
89	Штрафной бросок	1
90	Игра по упрощенным правилам	1
<b>Легкая атлетика – 12 часов</b>		
91	Т.Б. Бег на короткие дистанции от 10 до 15 м	1
92	Бег с ускорением от 30 до 40 м	1
93	Скоростной бег до 40 м	1
94	Бег на результат 60 м	1
95	Бег в равномерном темпе от 10 до 12 минут	1
96	Кроссовый бег	1
97	Бег 1000 м	1
98	Челночный бег	1
99	Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом "перешагивание"	1
100	Метание теннисного мяча с места на дальность отскока от стены	1
101	Метание малого мяча в вертикальную неподвижную мишень	1
102	Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы с положения сидя на полу, от груди	1
<b>6 КЛАСС</b>		
<b>Легкая атлетика – 12 часов</b>		
1	Т.Б. Бег на короткие дистанции от 15 до 30 м	1
2	Скоростной бег до 50 м	1
3	Бег на результат 30 м	1
4	Высокий старт. Бег 60 м	1
5	Бег в равномерном темпе до 15 минут	1
6	Кроссовый бег	1
7	Бег 1200 м	1
8	Челночный бег 3*10 м	1
9	Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега способом "согнув ноги"	2
10		
11	Метание малого мяча с места на заданное расстояние; на дальность	1
12	Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы с положения сидя на полу, от груди	1

<b>Футбол – 6 часов</b>			
13	Т.Б. стойки игрока, перемещения в стойке	1	
14	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	2	
15			
16	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма.	1	
17	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	1	
18	Удары по воротам на точность. Игра по упрощенным правилам	1	
<b>Баскетбол – 9 часов</b>			
19	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1	
20	Остановка двумя шагами и прыжком	1	
21	Повороты без мяча и с мячом	1	
22	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1	
23	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости	1	
24	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте	1	
25	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	1	
26	Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1	
27	Игра по упрощенным правилам	1	
<b>Гимнастика – 14 часов</b>			
28	Т.Б. Построение и перестроение на месте.	1	
29	Строевой шаг; размыкание и смыкание.	1	
30	Два кувырка вперед слитно	2	
31			
32	"Мост" и положения стоя с помощью.	2	
33			
34	Акробатическая комбинация	4	
35			
36			
37	Ритмическая гимнастика		
38	Опорный прыжок	1	
39		1	
40		1	
41		1	
<b>Баскетбол – 7 часов</b>			
42	Т.Б. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1	
43	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	1	
44	Вырывание и выбивание мяча	1	
45	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1	
46	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости	1	
47	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте	1	
48	Игра по упрощенным правилам	1	
<b>Лыжная подготовка – 12 часов</b>			
49	Т.Б. Одновременный двухшажный ход	2	
50			

51	Одновременный бесшажный ход	2
52		
53	Подъём "ёлочкой"	2
54		
55	Торможение и поворот упором	2
56		
57	Игры на лыжах	2
58		
59	Передвижение на лыжах до 3,5 км	2
60		
<b>Волейбол – 18 часов</b>		
61	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
62	Ходьба и бег, выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	1
63	Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре, через сетку	1
64	Перемещения в стойке, остановки, ускорения	1
65	Передача мяча сверху на месте	2
66		
67	Передачи мяча сверху после перемещения вперед	2
68		
69	Передачи мяча над собой	2
70		
71	Передачи мяча сверху через сетку	2
72		
73	Игра по упрощенным правилам	1
74	Игровые задания с ограниченным числом игроков	1
75	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки	2
76		
77	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером	1
78	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1
<b>Волейбол – 6 часов</b>		
79	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
80	Ходьба и бег, выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	1
81	Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре, через сетку	1
82	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки	1
83	Комбинации из разученных элементов: прием, передача	1
84	Комбинации из элементов: перемещение, владение мячом	1
<b>Баскетбол – 6 часов</b>		
85	Т.Б. Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	1
86	Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1
87	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1
88	Штрафной бросок	1
89	Вырывание и выбивание мяча	1
90	Игра по упрощенным правилам	1
<b>Легкая атлетика – 12 часов</b>		
91	Т.Б. Ускорение с высокого старта	1
92	Бег с ускорением от 30 до 50 м	1

93	Скоростной бег до 50 м	1
94	Бег на результат 60 м	1
95	Бег в равномерном темпе до 15 минут	1
96	Кроссовый бег	1
97	Бег 1200 м	1
98	Челночный бег	1
99	Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом "перешагивание"	1
100	Метание малого мяча с места на заданное расстояние; на дальность	1
101	Метание малого мяча в вертикальную неподвижную мишень	1
102	Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы с положения сидя на полу, от груди	1

### **7 КЛАСС**

#### *Легкая атлетика – 12 часов*

1	Т.Б. Бег с ускорением от 40 до 60 м	1
2	Скоростной бег до 60 м	1
3	Бег на результат 60 м	1
4	Высокий старт	1
5	Бег в равномерном темпе: девочки до 15 минут, мальчики до 20 мин	1
6	Кроссовый бег	1
7	Бег 1500 м	1
8	Челночный бег	1
9	Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега способом "согнув ноги"	2
10		
11	Метание малого мяча с места на заданное расстояние; на дальность	1
12	Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы с положения сидя на полу, от груди	1

#### *Футбол – 6 часов*

13	Т.Б. стойки игрока, перемещения в стойке	1
14	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	2
15		
16	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма.	1
17	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	1
18	Удары по воротам на точность. Игра по упрощенным правилам	1

#### *Баскетбол – 9 часов*

19	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
20	Остановка двумя шагами и прыжком	1
21	Повороты без мяча и с мячом	1
22	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1
23	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
24	Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1
25	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1
26	Вырывание и выбивание мяча	1
27	Игра по упрощенным правилам	1

#### *Гимнастика – 14 часов*

28	Т.Б. Построение и перестроение на месте.	1
29	Выполнение команд "Пол-оборота направо!", "Пол-оборота налево!",	1

	"Полшага!", "Полный шаг!"	
30	Кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики). Кувырок назад в полушпагат (девочки).	2
31		
32	Стойка на голове с согнутыми ногами (мальчики). "Мост" из положения стоя с помощью (девочки)	1
33	Акробатическая комбинация	3
34		
35		
36	Ритмическая гимнастика	1
37	Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 105-115 см). Девочки: прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 105-110 см).	5
38		
39		
40		
41		
<b>Баскетбол – 7 часов</b>		
42	Т.Б. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1
43	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте с пассивным сопротивлением защитника.	1
44	Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1
45	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1
46	Штрафной бросок	1
47	Вырывание и выбивание мяча	1
48	Игра по упрощенным правилам	1
<b>Лыжная подготовка – 12 часов</b>		
49	Т.Б. Одновременный одношажный ход	2
50		
51	Подъем в гору скользящим шагом.	2
52		
53	Преодоление бугров и впадин при спуске с горы	2
54		
55	Поворот на месте махом.	2
56		
57	Игры на лыжах	2
58		
59	Передвижение на лыжах до 4 км	2
60		
<b>Волейбол – 18 часов</b>		
61	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
62	Ходьба и бег, выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	1
63	Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре, через сетку	1
64	Отбивание мяча кулаком через сетку	1
65	Нижняя прямая подача. Прием подачи.	2
66		
67	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	2
68		
69	Позиционное нападение с изменением позиций игроков	2
70		

71	Передачи мяча сверху после перемещения вперед	2
72		
73	Передачи мяча над собой	2
74		
75	Передачи мяча сверху через сетку	2
76		
77	Игра по упрощенным правилам	1
78	Игровые задания с ограниченным числом игроков	1
<b><i>Волейбол – 6 часов</i></b>		
79	Т.Б. Прием и передача мяча сверху двумя руками	2
80		
81	Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре, через сетку	2
82		
83	Нижняя прямая подача	1
84	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	1
<b><i>Баскетбол – 6 часов</i></b>		
85	Т.Б. Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
86	Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1
87	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1
88	Штрафной бросок	1
89	Вырывание и выбивание мяча	1
90	Игра по упрощенным правилам	1
<b><i>Легкая атлетика – 12 часов</i></b>		
91	Т.Б. Ускорение с высокого старта от 30 до 40 м	1
92	Бег с ускорением от 40 до 60 м	1
93	Скоростной бег до 60 м	1
94	Бег на результат 60 м	1
95	Бег в равномерном темпе: девочки до 15 минут, мальчики до 20 мин	1
96	Кроссовый бег	1
97	Бег 1500 м	1
98	Челночный бег	1
99	Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом "перешагивание"	1
100	Метание малого мяча с места на заданное расстояние; на дальность	1
101	Метание малого мяча в вертикальную неподвижную мишень	1
102	Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы с положения сидя на полу, от груди	1
<b>8 КЛАСС</b>		
<b><i>Легкая атлетика – 12 часов</i></b>		
1	Т.Б. Низкий старт до 30 м	1
2	Скоростной бег до 70 м	1
3	Бег на результат 60 м	1
4	Высокий старт	1
5	Бег в равномерном темпе: девочки до 15 минут, мальчики до 20 мин	1
6	Кроссовый бег	1
7	Бег 2000 м(мальчики), 1500м (девочки)	1
8	Челночный бег	1
9	Прыжок в длину с 11-13 шагов разбега способом «согнув ноги»	1
10	Метание малого мяча на дальность	1

11	Метание теннисного мяча в вертикальную и горизонтальную цель (1x1 м) (девушки с 12-14м, юноши - до 16 м)	1
12	Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы с положения сидя на полу, от груди	1
<b>Футбол – 6 часов</b>		
13	Т.Б. Техника безопасности на уроках футбола. История игры футбола.	1
14	Овладение техникой перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Правила игры.	1
15	Закрепление техники владения мячом. Подвижные игры. Мини-футбол	1
16	Освоение ударов по мячу и остановка мяча. Комбинация из освоенных элементов.	1
17	Освоение тактики игры. Мини-футбол	1
18	Освоение техникой ударов по воротам. Возрождение Олимпийских игр.	1
<b>Баскетбол – 9 часов</b>		
19	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
20	Остановка двумя шагами и прыжком	1
21	Повороты без мяча и с мячом	1
22	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1
23	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника.	1
24	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте с пассивным сопротивлением защитника.	1
25	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
26	Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1
27	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1
<b>Гимнастика – 14 часов</b>		
28	Т.Б. Построение и перестроение на месте.	1
29	Команда "Прямо!". Повороты направо, налево в движении.	1
30	Кувырок назад в упор стоя ноги врозь (мальчики).	2
31	"Мост" и поворот в упор стоя на одном колене. (девочки)	
32	Кувырок вперед и назад. (мальчики и девочки)	2
33	Длинный кувырок; стойка на голове и руках (мальчики).	
34	Акробатическая комбинация	3
35		
36		
37	Ритмическая гимнастика	1
38		4
39	Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 115 см).	
40	Девочки: прыжок боком (конь в ширину, высота 110 см).	
41		
<b>Баскетбол – 7 часов</b>		
42	Т.Б. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	1
43	Броски одной и двумя руками с места и в движении пассивным противодействием.	1
44	Штрафной бросок	1

45	Вырывание и выбивание мяча	1
46	Остановка двумя шагами и прыжком	1
47	Повороты без мяча и с мячом	1
48	Игра по упрощенным правилам	1
<b>Лыжная подготовка – 12 часов</b>		
49	Т.Б. Одновременный одношажный ход (стартовый вариант)	2
50		
51	Коньковый ход	2
52		
53	Торможение и поворот "плугом"	2
54		
55	Игры на лыжах	2
56		
57	Попеременный двушажный ход.	2
58		
59	Передвижение на лыжах до 4,5 км	2
60		
<b>Волейбол – 18 часов</b>		
61	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
62	Ходьба и бег, выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	1
63	Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре, через сетку	1
64	Прием и передача мяча сверху двумя руками	2
65		
66	Передача над собой во встречных колоннах	2
67		
68	Нижняя прямая подача	2
69		
70	Отбивание кулаком через сетку	2
71		
72	Прием и передача мяча с использованием подвижных игр.	2
73		
74	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	2
75		
76	Комбинации из разученных элементов	2
77		
78	Учебная игра в волейбол	1
<b>Волейбол – 6 часов</b>		
79	Т. Б. Передача над собой во встречных колоннах	2
80		
81	Отбивание кулаком через сетку	1
82	Нижняя прямая подача	2
83		
84	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	1
<b>Баскетбол – 6 часов</b>		
85	Т.Б. Остановка двумя шагами и прыжком	1
86	Повороты без мяча и с мячом	1
87	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1

88	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника.	1
89	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте с пассивным сопротивлением защитника.	1
90	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
<b>Легкая атлетика – 12 часов</b>		
91	Т.Б. Низкий старт до 30 м	1
92	Бег с ускорением от 70 до 80 м	1
93	Бег на результат 60 м	1
94	Бег в равномерном темпе: девочки до 15 минут, мальчики до 20 мин	1
95	Кроссовый бег	1
95	Бег 2000 м(мальчики), 1500м (девочки)	1
97	Челночный бег	1
98	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом "перешагивание"	1
99	Метание теннисного мяча в вертикальную и горизонтальную цель (1х1 м) (девушки с 12-14м, юноши - до 16 м)	1
100	Метание малого мяча на дальность	1
101	Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы с положения сидя на полу, от груди	2
102		
<b>9 КЛАСС</b>		
<b>Легкая атлетика – 12 часов</b>		
1	Т.Б. Бег с ускорением от 70 до 80 м	1
2	Скоростной бег до 70 м	1
3	Бег на результат 60 м	1
4	Высокий старт	1
5	Бег в равномерном темпе: девочки до 15 минут, мальчики до 20 мин	1
6	Кроссовый бег	1
7	Бег 2000 м(мальчики), 1500м (девочки)	1
8	Челночный бег	1
9	Прыжок в длину с 11-13 шагов разбега способом «согнув ноги»	1
10	Метание малого мяча на дальность	1
11	Метание теннисного мяча в вертикальную и горизонтальную цель (1х1 м) (девушки с 12-14м, юноши - до 16 м)	1
12	Броски набивного мяча (2 кг - девушки и 3 кг юноши) двумя руками из-за головы с положения сидя на полу, от груди	1
<b>Футбол – 6 часов</b>		
13	Т.Б. Овладение техникой перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Правила игры.	1
14	Закрепление техники владения мячом.	1
15	Освоение ударов по мячу и остановка мяча	1
16	Закрепление техники перемещений, владения мячом.	1
17	Освоение техникой ударов по воротам	1
18	Комбинация из освоенных элементов	1
<b>Баскетбол – 9 часов</b>		
19	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
20	Остановка двумя шагами и прыжком	1
21	Повороты без мяча и с мячом	1

22	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1
23	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника.	1
24	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте с пассивным сопротивлением защитника.	1
25	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	2
26		
27	Комбинация из освоенных элементов	1
<b>Гимнастика – 14 часов</b>		
28	Т.Б. Построение и перестроение на месте.	1
29	Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге; перестроения из колонны по одному в колонну по два, по четыре в движении	1
30	Из упора присев силой стойка на голове и руках; (мальчики). "Мост" и поворот в упор стоя на одном колене. (девочки)	2
31		
32	Кувырок вперед и назад. (мальчики и девочки) Длинный кувырок с трех шагов (мальчики).	2
33		
34	Акробатическая комбинация	3
35		
36		
37	Ритмическая гимнастика (девочки)	1
38	Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 115 см). Девочки: прыжок боком (козья в ширину, высота 110 см).	4
39		
40		
41		
<b>Баскетбол – 7 часов</b>		
42	Т. Б. Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1
43	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1
44	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. То же с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80 м	1
45	Штрафной бросок	1
46	Вырывание и выбивание мяча	2
47		
48	Игра по упрощенным правилам	1
<b>Лыжная подготовка – 12 часов</b>		
49	Т.Б. Попеременный четырехшажный ход	2
50		
51	Переход с попеременных ходов на одновременные	2
52		
53	Преодоление контруклонов	2
54		
55	Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий	2
56		
57	Передвижение на лыжах до 5 км	2
58		
59	Игры на лыжах	2
60		

<b>Волейбол – 18 часов</b>		
61	Т.Б. Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
62	Ходьба и бег, выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	1
63	Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре, через сетку	2
64		
65	Прием и передача мяча сверху двумя руками	2
66		
67	Прием мяча, отраженного сеткой	2
68		
69	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку	2
70		
71	Нижняя прямая подача в заданную часть площадки, прием подачи	2
72		
73	Отбивание кулаком через сетку	2
74		
75	Передача мяча сверху, стоя спиной к цели	1
76	Комбинации из разученных элементов	1
77	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	2
78		
<b>Волейбол – 6 часов</b>		
79	Т.Б. Прием и передача мяча сверху двумя руками	1
80	Прием мяча, отраженного сеткой	1
81	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку	1
82	Нижняя прямая подача в заданную часть площадки, прием подачи	1
83	Передача мяча сверху, стоя спиной к цели	1
84	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	1
<b>Баскетбол – 6 часов</b>		
85	Т.Б. Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1
86	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1
87	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. То же с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80 м	1
88	Штрафной бросок	1
89	Вырывание и выбивание мяча	1
90	Игра по упрощенным правилам	1
<b>Легкая атлетика – 12 часов</b>		
91	Т.Б. Низкий старт до 30 м	1
92	Бег с ускорением от 70 до 80 м	1
93	Скоростной бег до 70 м	1
94	Бег на результат 60 м	1
95	Бег в равномерном темпе: девочки до 15 минут, мальчики до 20 мин	1
96	Кроссовый бег	1
97	Бег 2000 м(мальчики), 1500м (девочки)	1
98	Челночный бег	1
99	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом "перешагивание"	2
100		
101	Метание теннисного мяча в вертикальную и горизонтальную цель (1x1 м)	2
102		