

| Компоненты, разделы, темы учебного материала | Номер урока | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------------|----|----|-----|-----|-----|----|-----|----|----|----|----|----|----|----|
| | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 | 62 | 63 | 64 | 65 | 66 | 67 | 68 |
| 30 м с высокого старта | | | | | | | | | | С | | | | | |
| 3. Определение уровня развития двигательных способностей | | | | | | | | | | | | | | | |
| Бег 30 м | | | | | | | | | | К | | | | | |
| Челночный бег 4 × 9 м | | | | | | | | | | К | | | | | |
| Прыжок в длину с места толчком двух ног | | | | | | | | | | | К | | | | |
| Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине за 30 с (д.) | | | | | | | | | | | К | | | | |
| Вис на согнутых руках (м.) | | | | | | | | | | | | К | | | |
| Наклон вперед из положения сидя на полу | | | | | | | | | | | | К | | | |
| 6-минутный бег или бег 500 м (д.), 800 м (м.) | | | | | | | | | | | | | К | | |
| 4. Подвижные игры и игровые задания | | | | | | | | | | | | | | | |
| Игры с выполнением строевых команд | | | | | | | | | | | | | | | |
| «Рыбки — крабики» | | Х | Х | | | | | | | | | | | Х | Х |
| Игры для совершенствования координационных способностей | | | | | | | | | | | | | | Х | Х |
| «Посадка картошки» | | | | | | | | | | | | | | Х | Х |
| «Успей взять» | | | | | | | | | | | | | | Х | Х |
| Игры и игровые задания с бегом | | | | | | | | | | | | | | | |
| «Успей догнать» | | | | | | | | | | | | | | Х | Х |
| «Скворечник» | | Х | Х | | | | | | | | | | | | |
| «Поезд» | | | | О/Р | Х | | | | | | | | | | |
| «Маяк» | | | | | | О/Р | Х | Х | | | | | | | Х |
| Игры и игровые задания с прыжками | | | | | | | | | | | | | | | |
| «С кочки на кочку» | | | | 3 | Х | | | | | | | | | | |
| «Воробьи и кошки» | | | | | О/Р | Х | Х | | | | | | | | |
| Игры и игровые задания с метаниями | | | | | | | | | | | | | | | |
| «Передай мяч» | | | | | | | | О/Р | Х | Х | | | | | Х |
| «Кто самый меткий» | | | | | | О/Р | Х | Х | | | | | | | |