

11.10.2022 2	Футбол. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Поєднання бігу зі стрибками, зупинками, поворотами. Удари по нерухомому м'ячу зовнішньою частиною підйому. Рухлива гра «День і ніч».
12.10.2022 2	Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Прискорення та ривки з м'ячем. Поєднання бігу зі стрибками, зупинками, поворотами. Удари по нерухомому м'ячу зовнішньою частиною підйому. Ведення м'яча зовнішньою частиною підйому
13.10.2022 2	Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ у парах. Стрибки з імітуванням удару головою. Поєднання бігу зі стрибками, зупинками, поворотами. Ведення м'яча зовнішньою частиною підйому. Удари по нерухомому м'ячу зовнішньою частиною підйому. Жонгливання м'ячем ногою, стегном і головою.

20.10.2022	Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Стрибкові вправи. Кидання набивного м'яча із положення лежачи на животі. Біг у повільному темпі.
------------	--

25.10.2022	Рівномірний біг до 1000м. Стрибок у довжину способом «зігнувши ноги»
22.02.2023	Легкоатлетичні види спорту. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Бігові та стрибкові вправи. Біг 30 метрів. Спеціальні вправи для метання. Метання малого м'яча на дальність із трьох кроків. Стрибки у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги». Біг у чергуванні з ходьбою.

23.02.2023

[Історія розвитку легкої атлетики в Україні.](#) Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Бігові та стрибкові вправи. Біг 60 метрів. Стрибки у довжину з місця. Кидання набивного м'яча із положення.