

Спецгруппа 1 класс

I четверть:

- Техника безопасности на уроках физической культуры
- Что такое физическая культура
- Чему обучают на уроках физической культуры

II четверть:

- Как возникли физические упражнения
- Что такое режим дня
- Что такое личная гигиена

III четверть:

- Что такое осанка и от чего она зависит
- Строевые упражнения
- Виды легкой атлетики
- Чем отличается ходьба от бега

IV четверть:

- Что такое подвижные игры
- Правила игры «Совушка»
- Правила игры «Мышеловка»
- Правила игры «Лохматый пес»

Все темы предоставляю в печатном виде.

Спецгруппа 2 класс

I четверть:

- Техника безопасности на уроках физической культуры
- Классификация легкой атлетики
- Техника выполнения низкого старта
- Техника выполнения высокого старта
- Правила пионербола

II четверть:

- Правила приема мяча сверху в волейболе
- Правила приема мяча снизу в волейболе
- Поддача мяча в волейболе
- Правила передачи мяча сверху в волейболе

III четверть:

- Правила настольного тенниса 1x1
- Правила бадминтона
- Поддача и прием волана в бадминтоне
- Правила подачи мяча в настольном теннисе
- Правила баскетбола

IV четверть:

- Правила футбола
- Правила подвижных игр для разных видов спорта
- Техника метания малого мяча

Все темы предоставляю в печатном виде.

Спецгруппа 2-4 класс

I четверть:

- Техника безопасности на уроках физической культуры
- Классификация легкой атлетики
- Техника выполнения низкого старта
- Техника выполнения высокого старта
- Правила пионербола

II четверть:

- Правила приема мяча сверху в волейболе
- Правила приема мяча снизу в волейболе
- Поддача мяча в волейболе
- Правила передачи мяча сверху в волейболе

III четверть:

- Правила настольного тенниса
- Правила бадминтона
- Поддача и прием волана в бадминтоне
- Правила подачи мяча в настольном теннисе
- Правила баскетбола

IV четверть:

- Правила футбола
- Правила подвижных игр для разных видов спорта
- Техника метания малого мяча

Все темы предоставляю в печатном виде.

Спецгруппа 3 класс

I четверть:

- Техника безопасности на уроках физической культуры
- Классификация легкой атлетики
- Техника выполнения низкого старта
- Техника выполнения высокого старта
- Правила пионербола

II четверть:

- Правила приема мяча сверху в волейболе
- Правила приема мяча снизу в волейболе
- Поддача мяча в волейболе
- Правила передачи мяча сверху в волейболе

III четверть:

- Правила настольного тенниса 1x1
- Правила бадминтона 2x2
- Поддача и прием волана в бадминтоне
- Правила подачи мяча в настольном теннисе
- Правила баскетбола

IV четверть:

- Правила футбола
- Правила подвижных игр для разных видов спорта
- Техника метания малого мяча

Все темы предоставляю в печатном виде.

Спецгруппа 5-7 класс

I четверть:

- Техника безопасности на уроках физической культуры
- Классификация легкой атлетики
- Техника выполнения низкого старта
- Техника выполнения высокого старта

II четверть:

- Правила волейбола
- Правила приема мяча сверху в волейболе
- Правила приема мяча снизу в волейболе
- Подача мяча в волейболе
- Правила передачи мяча сверху в волейболе
- Блок, нападающий удар (7 класс)

III четверть:

- Правила настольного тенниса 1x1
- Правила настольного тенниса 2x2
- Правила бадминтона 1x1, 2x2
- Подача и прием волана в бадминтоне
- Правила подачи мяча в настольном теннисе
- Правила баскетбола

IV четверть:

- Правила выполнение штрафного броска в волейболе
- Правила футбола
- Правила подвижных игр для разных видов спорта
- Техника метания малого мяча

Источник:

<https://www.fizkult-ura.ru/>

<https://resh.edu.ru/>

Спецгруппа 10 класс

I четверть:

- Техника безопасности на уроках физической культуры
- Классификация легкой атлетики
- Техника выполнения низкого старта
- Техника выполнения высокого старта
- Правила метания гранаты

II четверть:

- Правила волейбола
- Техника приема мяча сверху в волейболе
- Правила приема мяча снизу в волейболе
- Поддача мяча в волейболе
- Правила передачи мяча сверху в волейболе

III четверть:

- Правила настольного тенниса 1x1
- Правила настольного тенниса 2x2
- Правила бадминтона 2x2
- Поддача и прием волана в бадминтоне
- Правила подачи мяча в настольном теннисе
- Правила баскетбола

IV четверть:

- Правила выполнение штрафного броска в баскетболе
- Правила футбола
- Правила подвижных игр для разных видов спорта
- Техника выполнения челночного бега

Все темы предоставляю в печатном виде.

Спецгруппа 11 класс

I четверть:

- Техника безопасности на уроках физической культуры
- Классификация легкой атлетики
- Техника выполнения низкого старта
- Техника выполнения высокого старта
- Правила метания гранаты

II четверть:

- Правила волейбола
- Техника приема мяча сверху в волейболе
- Правила приема мяча снизу в волейболе
- Поддача мяча в волейболе
- Правила передачи мяча сверху в волейболе

III четверть:

- Правила настольного тенниса 1x1
- Правила настольного тенниса 2x2 (
- Правила бадминтона 2x2
- Поддача и прием волана в бадминтоне
- Правила подачи мяча в настольном теннисе
- Правила баскетбола

IV четверть:

- Правила выполнение штрафного броска в баскетболе
- Правила футбола
- Правила подвижных игр для разных видов спорта
- Техника выполнения челночного бега

Все темы предоставляю в печатном виде.

Спецгруппа 8-9 класс

I четверть:

- Техника безопасности на уроках физической культуры (<https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2022/04/08/tehnika-bezopasnosti-na-urokah-fizicheskoy-kultury>)
- Классификация легкой атлетики (<https://nsportal.ru/blog/nachalnaya-shkola/all/2021/03/26/osnvnye-vidy>)
- Техника выполнения низкого старта (<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/conspect/326047>)
- Техника выполнения высокого старта (<https://multiurok.ru/files/tehnika-vypolneniia-vysokogo-starta.html>)
- Правила метания гранаты (<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5455/conspect/225923>)

II четверть:

- Правила волейбола (<https://bookmaker-ratings.ru/wiki/pravila-volleybol/>)
- Техника приема мяча сверху в волейболе (<https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-volleybole>)
- Правила приема мяча снизу в волейболе (<https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-volleybole>)
- Поддача мяча в волейболе (<https://www.sports.ru/volleyball/blogs/3025492.html>)
- Правила передачи мяча сверху в волейболе (<https://www.sports.ru/volleyball/blogs/3026093.html>)

III четверть:

- Правила настольного тенниса 1x1 (https://pingpong73.ru/info/table_tennis_rules/)
- Правила настольного тенниса 2x2 (<https://badminton-igra.ru/nastolnyi-tennis/b018.html>)
- Правила бадминтона 2x2 (<https://vbadminton.ru/pravila-igry-v-badminton>)
- Поддача и прием волана в бадминтоне (<https://badm-store.ru/kak-podavat-v-badmintone>)

Спецгруппа 10-11 класс

I четверть:

- Техника безопасности на уроках физической культуры (<https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2022/04/08/tehnika-bezopasnosti-na-urokah-fizicheskoy-kultury>)
- Классификация легкой атлетики (<https://nsportal.ru/blog/nachalnaya-shkola/all/2021/03/26/osnvnye-vidy>)
- Техника выполнения низкого старта (<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/conspect/326047>)
- Техника выполнения высокого старта (<https://multiurok.ru/files/tehnika-vypolneniia-vysokogo-starta.html>)
- Правила метания гранаты (<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5455/conspect/225923>)

II четверть:

- Правила волейбола (<https://bookmaker-ratings.ru/wiki/pravila-voleybol/>)
- Техника приема мяча сверху в волейболе (<https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-voleybole>)
- Правила приема мяча снизу в волейболе (<https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-voleybole>)
- подача мяча в волейболе (<https://www.sports.ru/volleyball/blogs/3025492.html>)
- Правила передачи мяча сверху в волейболе (<https://www.sports.ru/volleyball/blogs/3026093.html>)

III четверть:

- Правила настольного тенниса 1x1 (https://pingpong73.ru/info/table_tennis_rules/)
- Правила настольного тенниса 2x2 (<https://badminton-igra.ru/nastolnyi-tennis/b018.html>)
- Правила бадминтона 2x2 (<https://vbadminton.ru/pravila-igry-v-badminton>)
- подача и прием волана в бадминтоне (<https://badm-store.ru/kak-podavat-v-badmintone>)

- Правила подачи мяча в настольном теннисе
(<https://rebenokvsporte.ru/pravila-nastolnogo-tennisa-osnovnye-momenty-provedeniya-i-sudejstva-igry/>)
- Правила баскетбола

IV четверть:

- Правила выполнение штрафного броска в баскетболе
- Правила футбола
- Правила подвижных игр для разных видов спорта
- Техника выполнения челночного бега

Источники:

<https://www.fizkult-ura.ru/>

<https://resh.edu.ru/>

- Правила подачи мяча в настольном теннисе
(<https://rebenokvsporte.ru/pravila-nastolnogo-tennisa-osnovnye-momenty-provedeniya-i-sudejstva-igry/>)
- Правила баскетбола

IV четверть:

- Правила выполнение штрафного броска в баскетболе
- Правила футбола
- Правила подвижных игр для разных видов спорта
- Техника выполнения челночного бега

Источники:

<https://www.fizkult-ura.ru/>

<https://resh.edu.ru/>