

**Рабочая программа общего образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

вариант 1

«Адаптивная физическая культура»

(для 3 класса)

ОГЛАВЛЕНИЕ

I.	!"#\$ % &	3
II.	"' (") * + "	6
III.	# ' * " , " ' "% * # \$! ! ,	9
IV.	!" ! + " & " # ' "	13

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1 - . / « / 0 . /
 » 1 --
 2 - - . 3 2 4 / 3
 (5 /) 1 * (1), -
 2 / ' 24.11.2022 .

1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

1 * 1 - . 3 2 /
 3 (5 /) . 6 4
 - 4 - 4 - , 4 - -
 .
 * . - « / 0 . / » /
 - «1 . / » / / / - / . -
 3 . - . - . - /
 . - « / 0 . / » 3 -
 . 34 . - / 102 . (3 . 3).
 1 / / / -2 - / -
 / 6 . . - « / 0 . -
 / ».
 7 . - - . - . 3-
 2 4 / 3 (5 /) -
 6 -2 / 4 0 . , 6 / -
 4 0 . /, 5 4 4 -
 , 6 6 .
 % . - . /:
 - 6 / 5 0 . /;
 - 0 4 ;
 - 4 - 6 - . /;

- / , 0 -
 ;
 - 4 - 4 - - -
 . 3 2 4 / / / 4 - 0 /-
 ;
 - 0 . 4
 0 . 4 ;
 - 0 4 /, -
 - - - ;
 - . 0 . - - -
 ;
 - 0 4 , -2 4 -
 . 4 0 . ;
 - / / 0 . -
 / ;
 - 4, - 4 . (. -
 ,) , /.
 ' - . / . - « / 0 . /
 » 3 / 3 2 . :
 % . . - :
 - 0 8 4 / /, . -
 ;
 - 0 / / ;
 - 0 / . , -
 / 3, - 3 6 3 /4;
 - 0 / 3 ;
 - 0 /4 . . -
 4 / ;

- 0 / . / /
 4 . - ;
 - 0 / - 4 / . ;
 - 0 / 4 / .
 /4 4, / ,
 - 0 / / -
 45 4 ;
 - 0 /
 , 4 6 3 0,8 ;
 - 6 , - 5 /
 2 , , . , / / 0 -
 . 4 .

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

* « 0 . » - . 3 2 4 / -
 3 (5 /)
 /, 0 . , - 0 3
 , 0 . 4 . 3 5 .
 * . / / « 0 . » 2 /-
 3 / . 4 :
 - 0 / ((0 6 / . -
 /) / (0 6 / 6 /);
 - - . / / (-
 . 6 /);
 - / 0 . 4 . - (/ / -
 4 . (-) — , , (-
), ;
 - / / — , , -
 , ;
 - / / 6 4 - - 8
 . 0 . (4 /,
 /, , , , , . 4
 .);
 - . . /;
 - 6 /, / / - /
 5 6;
 - / 3 2 3 - (-
 4));
 - / - / (,
 , 2 /, , / . ,
 5));

- / . . / 5 . 4 , 4
 / / (/ « . /»
 4 /, 4 . 4 ,
 3 2 4 , , 3, / /,
 . 5);
 - / 00 6 4 4 4
 , / 3, 3;
 - (, ,
 4 . .);
 - / 6 / . 4, -
 4, 4, 4 4 2 2 (4 -
 4);
 - / 3 (,
 . / .);
 - /, - 3 2 -
 4 .
 900 / 0 . 4 . ,
 6 4 - , 8 6 - 4 .
 0 6 . / / / 3 / 3 2 -
 :
 -
 - / . ;
 - / - . 3 2 4 /.
 - 4 0 -
 . / 5 / -
 , / - - , - / -
 8 6 /4, , , -2 , / 4 - -
 , , / / 3 / 0 . / . ,
 . 6 6 .
 7

/		& . .	& - (.)
1.	% / 0 .	6 - . /	-
2.	:	23	-
3	# /	36	-
4.		26	-
5.	# /	17	-
	Итого:	102	-

/ / . / / -
 4 : , / , ;
 4.

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

- 6 - . 3 2 /, / 6 -
- . 4 . - / ;
- -/ - . 3 2 /, 2
- / 0 . /4 ,
- 2 (4);
- 5 3 2 ,
- 6 / 3 .
- / /.

Предметные:

- _____ :
- / 0 . /
 - /, 0 . / 0 . ;
 - / . -
 - /;
 - / 4 0 .
 - 4 / ;
 - / / 6 -
 - 4 ;
 - / 4 /4;
 - ;
 - / .; -2 3 2 4 ;
 - 4 . 4 / ;
 - 6 -
 - 4 , 8 ;
 - . 4 4 8 0 4 . -
 - /;

- - 2 / ; - ,
 - - 3 - / 4 - 6 . /
 0 - 4 / /4.
 _____ :
 - . 8 , ; , -
 , 4 4 4 0 .
 ;
 - / / ;
 - / 0 /
 / 56 2 ;
 - . 4 / /4 / (0 -
) ;
 - / / -
 . /: - , 4 - , . ;
 - / ;
 - . ; -2 3 2 4 ;
 - . 4 4 8 -
 0 4 ;
 - 3 2 6
 . / 4 4 /4 ;
 - 6 ;
 - - / . / -
 4 4 / 4 . -
 / ;
 - 4 / 4 , -
 / 4 -
 . / ;

- / - 2 / ; - -
 ;
 - - 3 - / 4 - 6 . /
 0 - 4 / /4.

Система оценки достижений

6 . 4 , , 6
 / - . 32 / 6 ()
 6 / , - 4 6 4:
 - 0 - - 0 ;
 - 1 - - / ;
 - 2 - - / ;
 - 3 - - . / .
 6 / 4 () / :
 , ; 4 ; ,
 4 - , ; / 8 - ; -
 4.
 - , 4, - 4 . 3 / , . -
 , , .
 6 4 . / -
 32 / :
 6 «5» - / /. 8 6
 3 / 5 - (/32 . -
 /). & . /, 5 ,
 4 , « » .
 6 «4» - /, - . 32 / -
 4 . 3 5 - /.
 & . 5 - / / , 3 -
 - / , /3 . /,

4 / 4

5 - :

- - /;

- ,

;

- 4 / .

6 «3» - /, - . 3 2 / . -

. 5 - 4. ! 6 « -

» . . , 5 5 - 4 5 -

- , 4 4 .5 5 .: - 5 - -

5 - , 4 / 4 /,

/3 . / /.

6 «2» - /.

6 4 / 5 -

, , 8 - , /4,4 - .

4 4 (- , , - , 4 -) -4 -

. . . 4 -

/ - . 3 2 4 / 5 / , .

/ , - . -

0 . 4 .

/ 6 - . 3 2 /, 3 2 , . -

- 5 - , - -

- 4 0 . .

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

				00 6 6 / /	
Легкая атлетика– 17 часов					
1	/ 40 . - (4-)	1) / 40 3-4 - / -	5 3 -</ 3 2 - (2 3 . -)/. 5 3 , . 3 (/) 3 - 6 / 40 . (4 -). * 3 6 . /	5 3 -</ 3 2 - . 5 3 , - . 3 (/) 3 - 6 / 40 . (4 -). 3 3 /
2	/ / - 4	1	. 5 , - 4 - -) . /3 0 . - . 3 2 / 2 , - /	/3 / . % / / 3 - 6 () 3 3 - /3 - 0 . - . 3 2 / 2 , - /	/3 / - / 3 / - 6 /3 . - 6. /3 - .

			/ 4 . /4 -	/3 - 6 /. * . 3 . /	3 6 3 / -
3	= - / - / ,	1	5 , - . 4 - - 4 - 5 - -2 - 3 2 4 / -	/3 , 3 (/ 5 - 2 3 . - /). /3 4 - 5 (). /3 4-5 . /3 4 - . * . 3 6 8 . / , / 4 -	/3 / - / 5 , - 3 / 5 /3 4 - - /3 4 - 5 . /3 * . 3 . 4 4 6 . /.
4	= - , / , - / . -	1	5 / 4 4 - - 4 . 4 - - 5 . - 5 / . - , , - ,	/3 /. /3 4 - (- /). 4 - 5 . - 5 / . - , , : ; , 4, 4 - (- . 3 2 / /	/3 . - /3 4 - . 4 - 5 . - - 5 / . - , - , : ; , 4, 4 - . /3 -2 3- 2 /.

			<p> ; , 4, 4 : -2 - 3 2 4 . - - 80-100 . / - - /. </p>	<p> 6 4 / , / 5). /3 -2 3 2 / / 3 . - /. /3 - - 0 . - . 3 2 / 2 , - / 3 3 / </p>	<p> /3 - . 3 3 - / </p>
5) /	1	<p> 4 - - . - - . - 4 4 9 0 - </p>	<p> /3 4 - - . /3 . - : 4, - 4 - . 3 - / // 5 - / . * . 3 - / </p>	<p> /3 4 - - . /3 - : - 4, - 4 - . /3 - - / . * . 3 - / </p>
6) /	1	<p> 5 . / 8 - . - - , - 4 // 6 3 - 3 . / . </p>	<p> /3 . / - / - / / . 3 - /- . /3 5 . </p>	<p> /3 - 3 3 . / (-4 - 3 / -- 6). 3 - - / /3 - .</p>

			-2 / 8 - 3 2 4	*. 3 6 . /	*. 3 . 4 4 . /
7) . 4 - 100 .	1	5 . . / % / - 2 , - / , / - , - / . - 4 - / . & 6 /	/3 / 5 / 8 6 . * 3 - 3 / - , 4 - (2 3 . /, -4 - 5 / 6 /) . /). / - 6 / , 5 3 6 3 / , /3 / 4 - - . * . 3 6 . /	/3 . / / / / - 3 . . 3 / , 4 - . / - 6 /3 / . - 4 - - . 3 3 - 6 . /
8	/ .) - 30	1	5 . . / 4 - - . - - - - - , - 4 // 6 3 - 3 . 6 - - 4 . 4 /	/3 5 / . /3 4 - . 3 - - , / - 6 - / . / - . 3 2 - /2 . /3 - /2 , -2 3- 2 / . - / / - . 3 2 4 / 2 - /3 / - / - 3 . / . /3	/3 5 - . . - /3 4 - . 3 - - , / - 6 / . - /3 /2 , -2 3 2 - / . /. /3 - - 15—20 - 6

			$\frac{6}{4} -$	$15-20$ $\frac{32}{3} \frac{4}{2}$	
9	,	1	$32 \quad -2 \quad -$ $\frac{3}{2} \quad \frac{4}{3}$	$\frac{32}{3} \quad -2 \quad 32$ $\frac{5}{3} \quad \frac{2}{3} \quad \frac{3}{4}$ $3 \quad 4 \quad 4$ $6 \quad \frac{3}{4}$	$2 \quad \frac{3}{3} \quad -2 \quad 3-$ $\frac{6}{3} \quad \frac{3}{4}$ $3 \quad 6$
10		1	$4 \quad - \quad . \quad 4 \quad -$ $32 \quad 4 \quad -2 \quad 0 \quad -$ $\frac{6}{4}$	$\frac{4}{3} \quad 4 \quad - \quad 4,$ $\frac{4}{3} \quad 3-4$ $0 \quad \frac{4}{3}$ $6 \quad (\quad -4 \quad : \quad -$ $5 \quad \frac{6}{3} \quad \frac{6}{4} \quad \frac{3}{4} \quad -$ $\frac{3}{6}$ $* \quad 3 \quad 6 \quad \frac{4}{3}$	$\frac{4}{3} \quad 4 \quad - \quad 4,$ $\frac{5}{3} \quad \frac{4}{3}$ $0 \quad \frac{4}{3}$ $6 \quad 3 \quad \frac{4}{3}$ $6 \quad \frac{4}{3}$

11		1	<p>4 - -</p> <p>- .</p> <p>6 /</p> <p>. 4 -</p> <p>. / , -</p> <p>// . 4</p> <p>- 4</p> <p>. 3</p> <p>3 6 -</p> <p>3 6</p>	<p>/3 4 -</p> <p>- .</p> <p>/3 -</p> <p>6 / (-4 : -</p> <p>5 / 6 / . /, -</p> <p>6 /) , 3 .-</p> <p>. /</p> <p>3</p> <p>3 6 , /</p> <p>- 6 /</p>	<p>/3 4 - -</p> <p>- . -</p> <p>/3 -</p> <p>6 . /.</p> <p>/3 3 6</p>
12	<p>3-5 - -</p> <p>4 5</p> <p>-</p>	1	<p>4 -</p> <p>/ / . - /</p> <p>/ . -</p> <p>- . 4</p> <p>- : -</p> <p>- / ,</p> <p>/ / -</p> <p>// .</p> <p>3 6</p>	<p>/3 4 - -</p> <p>/ / . - /</p> <p>/ / . -</p> <p>/.</p> <p>3 - 5</p> <p>- .</p> <p>/3 -</p> <p>6 /</p>	<p>/3 4 - -</p> <p>/ / . - /</p> <p>3 - 5 -</p> <p>- .</p> <p>/3 -</p> <p>6 . /</p>
13	<p>/.</p> <p>, -</p> <p>3 6</p>	1	<p>- /-</p> <p>5 .</p> <p>-2 -</p> <p>3 2 4 .</p>	<p>/3 -</p> <p>. /.</p> <p>/3 3-5 /.</p> <p>/3 . /</p> <p>4 /.</p>	<p>/3 - -</p> <p>6 , /</p> <p>-</p> <p>.</p>

			$\begin{array}{l} / . \quad / \quad / . \\ \quad \quad 6 / \quad \quad 4- \\ \quad \quad \quad / \quad / . . \\ 4 \quad , \quad \quad \quad - \\ \quad \quad \quad / \\ / . \quad 6 \quad . \\ \quad \quad 8 \quad \quad -2 - \\ \quad \quad 3 \quad 2 \quad 4 \end{array}$	$\begin{array}{l} 6 \quad \quad \quad - \\ . \quad / . \\ * . \quad 3 \quad \quad \quad / \\ \quad \quad \quad 6 \quad . \quad / \end{array}$	$\begin{array}{l} /3 \quad 4 \quad \quad - \\ \quad \quad 4 \quad / . \quad / - \\ / \quad \quad \quad 6 \quad - \\ . \quad / . \quad 3 \quad - \\ \quad \quad 3 \quad \quad - \\ 6 \quad . \quad / \end{array}$
14	/.	1	$\begin{array}{l} 4 \quad - \quad - \\ \quad \quad \quad .- \\ / \quad / \quad . \\ \quad \quad \quad / \quad - \\ / \quad 2 \quad . \\ 6 / \quad \quad 4- \\ \quad \quad \quad / \quad / . . \\ \quad \quad \quad / \quad / . , \quad - \\ \quad \quad \quad \quad , \quad - \\ \quad \quad \quad 4 \\ \quad \quad \quad / \\ \quad \quad \quad 5 \quad - \end{array}$	$\begin{array}{l} /3 \quad 4 \quad - , \quad / \\ - \quad 6 \quad \quad / \quad . \\ / \quad - . \quad 3 \quad 2 \quad /2 \quad . \\ /3 \quad 3-4 \quad \quad / \quad - \\ . \\ /3 \\ / \quad \quad \quad , \\ / \quad \quad \quad - \quad 6 \quad - \\ / \quad . \quad \quad / \quad - . \quad 3 \quad 2 \quad - \\ /2 \end{array}$	$\begin{array}{l} /3 \quad 4 \quad - \quad - \\ 3 \quad . \quad / . \quad \quad /3 \quad - \\ . \quad / . \\ \quad \quad /3 \quad \quad - \\ \quad \quad \quad 6 \quad - \\ . \quad / \end{array}$
15	+ . - (345)	1	$\begin{array}{l} 4 \quad - \quad - \\ 5 \quad . \quad - \quad 5 \\ / . \quad \quad - \\ - \quad . \quad \quad 4 \\ . \end{array}$	$\begin{array}{l} /3 \quad 4 \quad - \quad 5 \quad - \\ . \quad - \quad 5 \quad / . \quad - \\ - \\ . \quad / . \quad \quad /3 \quad . \quad . \\ - \quad 3 \times 10 \quad . \end{array}$	$\begin{array}{l} /3 \quad 4 \quad - \quad 5 \quad - \\ . \quad - \quad 5 \quad / . \\ - \\ \quad \quad 6 \quad . \quad / . \quad - \\ /3 \quad . \quad . \quad - \quad 3 \times 10 \\ . \end{array}$

			4 , /.	/3 /.	3 /.
16	9 0 -	1	4 - - / . / / - 4 . 8 . 8 0 - . . -	/3 4 - - / . - /. /3 / - 5 . * 3 / . (. 3 8 - 0)	/3 4 - / . - /. /3 / 6 . /. * 3 - / (. 3 8 0)
17) - 1) / . (1) - / -	1	= - 4 - : , 4, 4 . . - - - . / . / . , . - 3 / 8 / . . / - , - / / - 2	/3 4 - , / - 6 / - . 3- 2 2 . /.) 3 - / . - 4 4 4 - 5 .	/3 4 - : , 4, 4 . . -) 3 - / . - . 4 4 4
Гимнастика– 23 часа					
18	!) /- /4 . % 0 . - 4	1) 4 - / / /4 - .	5 3 , . 3 (/) 3 - 6	5 3 , - . 3 (/) - 3 - 6 /

	/ / . -) 4 . 0 . - 4 - , & 6 /	/ 4 0 . (4 -) . 3 0 . . 3 5 3 -</ (- 6 3) . / 0 6 8 - 4 / /	(4 -) . - 3 0 . . 3 . 3 3 4 4 - / - / -
19	5 -	1	5 4) . - . - & 6 /	/3 . / . /3 5 . / . - 3 * . 3 - 6 . /	/3 / . /, 3 - /3 - 6 . / . 3 / . - 3 6 . /
20	- 5 , /-	1	4 3 2 4 4 - - . - / / / 5 6 6 .	/3 4 - / - 6 / . / - . 3 2 / 2 . /3 3-4 / . 1 - 3 3	/3 4 - - / - 6 / . . /3 - / - 6 . /3 . - 3 3 . / (

			5 , 4 - /	4 - / / * 3 /	-4 3 / - 6). 3 /
21	/ - / , 2 , - : /	1	5 , - . - 4 - - . / , , , - 2 . & 6 / - .	1 3 3 4 - 4 / / . /3 - 4 - , - / - 6 / . - / - . 32 /2 . /3 / / , , - , 2 * 3 - . 6 . /	/3 5 - , / / - - /3 / / , , , - 2 . + 3 4 - - , - 4 // , 6 3 / / , / 3 4 - . 3 3 - 6
22	4 / 4 - -	1	4 - . - . -2 - 32 4 . 4 4 - /4 - , - , 4 .	4 /3 - . - . 3 /3 2 3 . /. /3 32 / / 3 . - /. * 3 6 . /	4 /3 - . - . 3 6 . /3 6 . /. /3 32 / - . /.

			/ -		3 6 3 -
23	* / - - -	1	5 4 - . - / -	/3 / - , / - 6 - / . (- - 6 / - - . 3 2 4 / 2).* 3 6 . /	/3 / - , / - - 6 / . - 3 / 3 -
24	4 . - - - .-	1	. - / / 8 - /	/3 / - . /, /3 / - , / - 6 - / . / - . 3- 2 / 2 . 3 3 /	/3 / - 6 . - /. /3 / 6 . /. 3 3 - /
25	* / 0 - / -	1) . 0 - / . 4 - . 4 - 4 - , 4 - . 2 3 .	. 3 8 / - . 3 6 ' 3 - 6 / /3 . / 3 3 (- - 3 3 , .) - 2 3 .	. 3 8 / - . 3 ' 6 3 - 6 / - /3 . - / (3 - 3 , /

			5 . - 9 0 /. /	/3 / / - - / 26, / - 6 / . / - . 32 /2 . *. 3 - /	0 /) . / / /3 / / - / 26 6 . /.*. - 3 /-
26	= - , 4 // 3	1	* . 4 - - , 4 // 3	/3 / - 5 . - /3 4 - , 4 // 3 / 3 . - /.	/3 / 6 . /. /3 4 - - , 4 // - 3
27	* / / - / 00 6 -	1	5 , - , /, 4 - .- 4 , - - .	/3 . / / /0 / 4 2 3 . /, -	/3 . / / /0 - / 4 - . /
28	* / / - / . -	1	. 4 - - . . / -	/3 . / / / / . - /, - / - 6 / . / - . 32 /2 . 3 6 *. /	/3 / / / . / /, / - 6 / . . 3 3 - 6 . /

29	* / - - .	1	5 , - 4 - /, .- . : / , - 3, . 4 4 4 - - . 4, , /, ,	/3 . / / / 0 / 4 2 3 . /, /3 / - / 3 . -	/3 . / / / 0 - / 4 - /3 / .-
30	= - - . -	1	/ / 56 6 . 4 - . -	/3 / / - / 56 6 . / /3 / -	/3 / / / 56 6 . / /3 / ./
31	= - - - . -	1	4 // , - / / /. / -	/3 / / - , 3 / / 2 3 . /. * . 3 6 . /	/3 / , 3 / / 6 . / 3 3 - 6 . /

32	' 4 . -	1	, 4 // - / .	/3 / - / 3 4 /. *. 3 4 /4()	/3 / - * 3 /
33	= - - ./ , , - - .- / 4, - /. /.	1	/ - / . / 4 / - 4- / , // - / , / /.	/3 5 /3 4 - . - / , , - / 3 /	/3 - /3 4 - /. / , - / - /
34	& - - .-	1	4 - / - -2 - 3 2 4 . : / - .	/3 4 - 3 /. /3 / - 5 . /3 3 2 / 3 . / /3 - / -	/3 4 - - 3 . / /3 / - /3 - 3 2 / /3 /
35	* / / 0 / -	1	4 - 4 - - / .	/3 / 0 - / - 6 - / . (- 6	/3 3 2 / . -

			$\begin{array}{l} // \quad /32 \quad , \quad 4 \quad - \\ \quad \quad \quad 3 \\ \quad \quad \quad -2 \quad - \\ 32 \quad 4 \\ \quad \quad \quad / \cdot \quad \cdot \\ \quad \quad \quad / \quad - \end{array}$	$\begin{array}{l} 32 \quad 4 / 2 \quad) \cdot \\ \quad \quad \quad /3 \\ \quad \quad \quad / \cdot \quad 5 \quad - \\ \cdot \quad \cdot \\ * \cdot \quad 3 \\ \quad \quad \quad 6 \quad \cdot \quad / \end{array}$	$\begin{array}{l} /3 \quad \quad \quad / \quad - \\ / \cdot \quad \quad \quad \cdot \quad - \\ \cdot \quad \quad \quad 3 \\ \quad \quad \quad \quad 3 \\ \quad \quad \quad \quad 6 \quad \cdot \quad / \end{array}$
36	$\begin{array}{l} * \quad \quad \quad / \quad - \\ \quad \quad \quad / \cdot \end{array}$	1	$\begin{array}{l} - \quad \cdot \quad - \\ 4 \quad - \quad \cdot \\ \quad \quad \quad / \cdot \quad : \quad - \\ \quad \quad \quad , \quad - \quad - \\ \quad \quad \quad / \cdot \quad , - \\ \quad \quad \quad / \quad \cdot \quad 8 \quad - \\ \quad \quad \quad -2 \quad \quad 3- \\ 2 \quad 4 \end{array}$	$\begin{array}{l} /3 \quad - \quad \cdot \\ 4 \quad - \quad \cdot \quad / \cdot \\ \quad \quad \quad /3 \\ \quad \quad \quad / \cdot \quad / \quad - \\ \quad \quad \quad 3 \quad \cdot \quad / \cdot \\ * \cdot \quad 3 \\ \quad \quad \quad 6 \quad \cdot \quad / \end{array}$	$\begin{array}{l} /3 \quad - \quad \cdot \\ 4 \quad - \quad \cdot \quad /3 \quad - \\ \quad \quad \quad / \quad \cdot \quad / \cdot \quad , \quad - \\ \quad \quad \quad / \quad - \quad 6 \quad \cdot \quad / \\ \cdot \quad \cdot \\ 3 \quad \quad \quad 3 \\ \quad \quad \quad 6 \quad \cdot \quad / \end{array}$
37	$\begin{array}{l} , \quad / \\ \cdot \quad 4 \quad 4 \quad 4 \quad - \\ \quad \quad \quad /4 \end{array}$	1	$\begin{array}{l} 5 \quad , \\ \cdot \quad - \quad - \\ 4 \quad - \quad - \quad \cdot \\ \quad \quad \quad / \\ \quad \quad \quad / \quad , \quad , \quad - \\ \quad \quad \quad , \quad 2 \cdot \\ * \quad \quad \quad / \\ \quad \quad \quad / \\ \quad \quad \quad / \cdot \end{array}$	$\begin{array}{l} 1 \quad 3 \quad - \\ 4 \quad 3 \quad - \\ \quad \quad \quad / \quad 4 \quad - \\ \quad \quad \quad / \quad / \quad - \\ \quad \quad \quad /3 \quad - \quad 4 \quad - \quad , \quad - \\ \quad \quad \quad / \quad - \quad 6 \quad / \\ \cdot \quad \quad \quad / \quad - \quad \cdot \quad 32 \quad /2 \\ \quad \quad \quad /3 \\ \quad \quad \quad / \quad / \quad , \quad , \\ \quad \quad \quad , \quad 2 \quad \quad 5 \\ \cdot \quad \quad \quad /3 \\ \quad \quad \quad / \end{array}$	$\begin{array}{l} /3 \quad \quad \quad 5 \quad - \\ \cdot \quad / \cdot \quad \quad \quad / \quad - \\ - \\ \cdot \quad \quad \quad /3 \quad / \\ \quad \quad \quad / \quad , \quad , \quad - \\ 2 \cdot \quad \quad \quad , \quad , \quad - \\ + \quad 3 \quad 4 \quad - \quad - \quad , \quad - \\ 4 \quad // \quad , \quad 6 \quad 3 \\ \quad \quad \quad / \quad / \cdot \quad / \\ \quad \quad \quad 3 \quad \quad \quad / \\ 4 \quad - \quad \cdot \end{array}$

			& 6 / -	2 3 . /.*. 3 -	/3 / - 3 3 / - 6
38	* / - - 5 /.	1	4 - . - - 5 /.: - , - - /., - , / . / -	4 - /3 - . /. /3 / - - 5 /./ - 3 . /. *. 3 6 . /	4 - . /3 - / - 5 /., - / - 6 / . 3 . 3 3 6 . /
39	# 4, . /	1	/ - - 4 /.	/3 4 - 4, / 4, 5- . /3	/3 /. 3 /3 4 - / 4, / 4, 5- 4 . /
40	# 4, . /	1	. - 4 - . . / 3, / - - /. 4 -	2 /2 . /3 (2 3 . /, /) /- 3 . /.*. - 3 6 . /	4 . / / - 6 / 6 3 . /, 5 3 / / 3 / 3 /

			. 3 . / -	
Игры - 4 часа				
41	!) /- /4 . & 3 2 : « », « 5 »	1) 4 - / / /4 - . 4 - / . / / - / 4 . 4 /. - 4 - . 4 /4, / *. /	5 3 , . 3 (/) 3 - - 6 / 4 0 . - (4 - -). /3 4 - - / / . - /3 / - /3 6 . /. * . 3 . 4 4 6 . / . /, / 8 - 4 (-4 , / - / 6 / . /)
42	& 3 2 : «# 5 -4 - », « 5 ».	1	4 . / . /4, /	5 3 , . 3 (/) 3 - - 6 / - 4 0 . (4-). /3 4 - / . /. /3 / - 6 . /. * . 3 . 4 4 6 . / . /, / 8 - 4 (-4 , / - / 6 / . /)
43	& 6 : « 5 5 », « »	1) / /. 4 , / ,	/3 / - 3 . - 3 3 - / . 3 . - 4 4

			4		
44	- :« - »	1	4 4 - . 4 -2 - 3 2 4 0 . 4 - . / -	/3 4 - 4, / 4, . /3 5-6 0 . /3 - 6 - - . : 5 / 6 / . - /, 6 /). *. 3 6 . /	/3 4 - 4, / 4, 5 . /3 - 0 . /3 6 - ./. 3 3 - 6 3 . - /
Лыжная подготовка - 17 часов					
45	! 4 - - /	1) 4 - - 2 / - 4 - - / /4 - . ! . - / - - / 3, - -	5 3 / 4 , - 0 6 3 - / (6 , , .), . 3 . 3 / . : / / / 3, - 3 2 3 . - /	5 3 / 4 , - 0 6 3 - / (6 , , .), . 3 . 3 ./. : / / / 3, - 3

46	$\begin{array}{c} 5 \\ 4 \quad / \\ 4 \end{array}$	1	$\begin{array}{c} ! \quad . \quad - \\ / \quad - \quad - \\ / \\ / \quad 3. \\ 4, \quad - \end{array}$	$\begin{array}{c} : \quad / \quad / \quad / \quad 3, \quad - \quad 3 \\ \quad \quad \quad \quad \quad \quad 2 \quad 3 \quad . \quad - \\ / \\ /3 \\ . \quad / \end{array}$	$\begin{array}{c} : \quad / \quad / \quad / \quad 3, \quad - \quad 3 \\ \quad \quad \quad \quad \quad \quad . \quad /3 \\ . \quad / \end{array}$
47	$\begin{array}{c} ! \quad 4 \quad 5 \\ 3 \quad 2 \quad 5 \\ - \quad - \end{array}$	1	$\begin{array}{c} 5 \\ . \\ - \\ - \\ . \\ ! \quad . \quad - \\ / \quad - \\ / \\ 6 \quad / \quad 3- \\ 2 \quad 5 \quad . \\ 5 \quad : \quad 3 \quad 2 \\ 6 \quad / \quad / \\ , \quad / \\ 3, \quad - \\ 2 \quad - \end{array}$	$\begin{array}{c} /3 \quad - \\ . \quad 3 \quad / \quad - \\ , \quad - \quad 3 \quad / \quad 6 \quad 3 \\ . \quad / \\ 3 \\ 2 \quad 3 \quad . \quad / \\ 3 \quad / \quad 4 \quad 3 \quad 2 \quad 5 \quad - \end{array}$	$\begin{array}{c} /3 \quad - \\ . \quad 3 \quad / \\ , \quad - \quad 3 \quad / \quad - \\ 6 \quad 3 \quad . \quad / \\ 3 \quad 3 \\ 3 \quad / \\ 3 \quad 2 \quad 5 \end{array}$
48	$\begin{array}{c} - \\ / \quad / \quad / \quad - \end{array}$	1	$\begin{array}{c} ! \quad . \quad - \\ / \quad - \\ . \end{array}$	$\begin{array}{c} 3 \quad / \\ 2 \quad 3 \quad 0 \quad / \quad - \\ / \quad , \quad - \\ - \quad 3 \quad 2 \quad 3 \end{array}$	$\begin{array}{c} / \quad / \quad / \\ 0 \quad . \quad , \\ - \quad 3 \quad , \quad - \\ 3 \quad / \quad / \\ /3 \\ 3 \quad 2 \quad 5 \end{array}$
49	$\begin{array}{c} - \\ / \quad / \quad / \quad - \end{array}$	1	$\begin{array}{c} 5 \quad . \end{array}$	$\begin{array}{c} . \quad / , \quad 3 \quad / \\ / \end{array}$	$\begin{array}{c} /3 \\ 3 \quad 2 \quad 5 \end{array}$

			- 3 4 - . 3- 2 5		
50	5 - 4	1	- 3, 5 , 4. 3- 2 5	/3 / , - 3 / / . / 3-	/3 / , - 3 / / , - 3 / 4 - 3 / 32 5 -
51	- 4	1	5 .	/3 3 / 4 -	/3 3 / . / 4. -
52	- 4	1	- 3 4 - . 3- 2 5 4 6 4 -		32 /3 5 -
53	- 4 -	1	- / . 4 // - 3 - 6 3	/3 / 6 . 4 - 6 . /3 - 4 - 5 .	/3 / 3 4 -

54	= - 3 2 5 4 -	1	5 .	/3 3 /	/3 3 /
55	= - 3 2 5 4 -	1	- 3 4 . 4 3- 2 5 , 4 //	3 / 4 3 2 5 -	2 , /2 5 . /3 4 < 3 2 5 -
56	= - 3 2 5 4 -	1	2 5 , 4 //		
57	= - 3 2 5 4 -	1	4 <- 3 2 5		
58	= - 3 2 5 4 -	1			
59	4 - 200 300 /	1	5 . - . /.	/3 3 / - 3 / 6 3 /. 3 2 3 . /. 3 45 4 () 6	/3 3 / - 3 / . /. 6 3 3 /3 45 4 - 6 . /

				(-4 : 5 / 6 / . /, 6 - / -	
60	4 - 4 0,5 0,6	1	5 .	/3	/3	. /.
61	4 - 4 0,5 0,6	1	- 3 4	3 6 3 4. -	3 / 3 / 4. -	-
62	4 - 4 0,5 0,6	1	- 6	-	3 6 3 -	-
Игры – 22 часа						
63	! 4 - - / - 4 4	1) 4 - / / / 0 . / - / . / / - / . / -	. 3 - /3 / 5 . . /3 / /. 6 . - /, / 8 - 4 4 6 /, 6 - (5) . / (-4)	. 3 - / . /3 6 - . /. 3 3 /	-

64	% .	1	<p>4 - 4 . - .</p> <p>4 - 4 - .</p> <p>-2 -</p> <p>3 2 4</p> <p>« / ».</p> <p>/ -</p>	<p>/3 -</p> <p>, 3 -</p> <p>/</p> <p>5 (2 3</p> <p>/.).</p> <p>/3 4 -</p> <p>. /3 . -</p> <p>/ -</p> <p>(/3 -</p> <p>) -</p> <p>2 3 .</p> <p>*. 3</p> <p>6 /,</p> <p>/ 8 -</p> <p>4 .</p>	<p>/3 / -</p> <p>/ 5 , /</p> <p>3 / 5 ,</p> <p>. 4 - -</p> <p>/3 . /3</p> <p>(/3 -</p> <p>).</p> <p>*. 3 . 4 4</p> <p>6</p> <p>. /</p>
65	-2 8 3 2 4	1	<p>4 . 4 -</p> <p>- / . .</p> <p>/ -</p> <p>2 , -</p> <p>, -</p>	<p>/3 4 - , -</p> <p>/ - 6 / . -</p> <p>. /3 3-4 -</p> <p>/ / . .</p> <p>3 3 -</p> <p>/</p>	<p>/3 4 -</p> <p>. /.</p> <p>/3 / -</p> <p>6 . /.</p> <p>3 3 -</p> <p>/</p>
66	- / . : «) - »	1	<p>4 - . -</p> <p>4 - -</p> <p>.</p> <p>-2 3-</p> <p>2 4</p> <p>« / ».</p>	<p>/3 - .</p> <p>4 -</p> <p>.</p> <p>/3 -</p> <p>2 3 . /.</p> <p>*. 3 6</p>	<p>/3 - .</p> <p>4 - 6 .</p> <p>. 3</p> <p>/3 .</p> <p>6 . /.</p>

			/ - /., - -		3 3 - /
67	- :« - »	1	. 4 4 - . -2 - 3 2 4 0 . 4 - . / -	/3 4 - 4, / 4, . /3 5-6 0 . /3 - 6 - . : 5 / -4 - 6 / . - /, 6 /). *. 3 6 . /	/3 4 - 4, / 4, 5 . /3 - 0 . /3 6 - ./. 3 3 - 6 . - /
68	9 0 -	1	/ 8 - . - . - 4 - . -2 3 2 4 9 0	/3 - . 4 - 3 . * . - / - (. 3 8 0)	/3 - . 4 - . * . 3 / (. 3 8 - 0)
69	/. « / 6 », « - /.»	1	= - 4 . - / . . - - /., - /	/3 4 - , - / - 6 / . - . /3 5-6 - / / . . 3 3 - /	/3 4 - ./. /3 / - 6 . /. 3 3 - /

			<p style="text-align: center;">/ 4 -</p> <p style="text-align: center;">, - -</p> <p style="text-align: center;">/</p> <p style="text-align: center;">6</p>		
70	<p style="text-align: center;">4</p> <p style="text-align: center;">- :</p> <p style="text-align: center;">« », «' -</p> <p style="text-align: center;">- »</p>	1	<p style="text-align: center;">- 4 -</p> <p style="text-align: center;">. -2 -</p> <p style="text-align: center;">3 2 4</p> <p style="text-align: center;">/.</p> <p style="text-align: center;">.</p> <p style="text-align: center;">.</p> <p style="text-align: center;">-</p> <p style="text-align: center;">,</p> <p style="text-align: center;">/ -</p> <p style="text-align: center;">/</p>	<p style="text-align: center;">* 3 -</p> <p style="text-align: center;">/ - (-</p> <p style="text-align: center;">6 /</p> <p style="text-align: center;">).</p> <p style="text-align: center;">/ - 6 /</p> <p style="text-align: center;">/, 5 3 -</p> <p style="text-align: center;">6 3 . /, /3</p> <p style="text-align: center;">/</p> <p style="text-align: center;">* . 3 . 4 4</p> <p style="text-align: center;">/</p> <p style="text-align: center;">.</p> <p style="text-align: center;">/</p>	<p style="text-align: center;">* 3 -</p> <p style="text-align: center;">/ - . /</p> <p style="text-align: center;">6 /</p> <p style="text-align: center;">/, 5 3 -</p> <p style="text-align: center;">/3</p> <p style="text-align: center;">.</p> <p style="text-align: center;">4 4</p> <p style="text-align: center;">6</p>
71	<p style="text-align: center;">9 0 /.</p>	1	<p style="text-align: center;">4 -</p> <p style="text-align: center;">,</p> <p style="text-align: center;">.</p> <p style="text-align: center;">+ -</p> <p style="text-align: center;">4 - .</p> <p style="text-align: center;">- .</p> <p style="text-align: center;">/.</p> <p style="text-align: center;">(1</p> <p style="text-align: center;">)</p> <p style="text-align: center;">.</p> <p style="text-align: center;">-</p> <p style="text-align: center;">/</p> <p style="text-align: center;">9 0 -</p> <p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">* 3 -</p> <p style="text-align: center;">/4 - (-</p> <p style="text-align: center;">2 3 . /). /3 . -</p> <p style="text-align: center;">- 4 - .</p> <p style="text-align: center;">) 3 - /.</p> <p style="text-align: center;">4 4 4 -</p> <p style="text-align: center;">5 .</p> <p style="text-align: center;">3 . 3 -</p> <p style="text-align: center;">/</p>	<p style="text-align: center;">/3 4 - ,</p> <p style="text-align: center;">.</p> <p style="text-align: center;">/3 . -</p> <p style="text-align: center;">4 - .</p> <p style="text-align: center;">) 3 - /.</p> <p style="text-align: center;">. 4 4 4 .</p> <p style="text-align: center;">3 3 -</p> <p style="text-align: center;">/</p>

72	/: « - »	1	4 / 4 - . / / - 3 /	/3 5 /3 4 - - 4, / 4 / / 3 3 /	/3 - /3 4 - /. 4, / 4 . / . 3 3 - /
73	/, / , : «> /.»	1) / /. 4 , / - , . 4 4.	/3 / 3 3 . / . 3 .	/, - / , . : «> /.»
74	9 0 6 -	1	/ 8 . 4 - . - 3 2 4 9 0 .	/3 - . - 4 - .*. 3 - /	/3 - . 4 - . *. 3 / (. 3 8 - 0)
75	.	1	/3 4 - - , / - . 2 4 -2 3- . :	/3 4 - - 3 . /. /3 / 5 - /3 3- 2 / -	/3 4 - - 3 . / /3 / - /3 - 3 2 / /3 - / /3 - / .

			, / - /	/ 3 . /. /3 - / . 2 3 . /	
76	- / -	1	4 - . - -2 - 3 2 4 . - /	/3 - . - 4 - 3 3 - /	/3 4 - - 3 . /. / - / . 3 - 3 /
77	/ 4 - /: « 6»	1	/ 8 / - / (-) , / . - , -4 , , / - / 6 /	*. 3 . 4 - 4 6 - / , - / 8 - 4 (- -4 , , / - / 6 /	*. 3 . 4 4 6
78	* / . , / /	1	4 - . - . -2 3 2 4 - « / ». / - - / . , - - -	/3 - . - 4 - . /3 - 2 3 . - /.*. 3 6	/3 - . 4 - . . 3 6 /3 / . 6 . /. 3 3 - /
79	/ . , , , / , /	1	4 - - - / - .	/3 4 - - 3 . /.	/3 4 - - 3 . /. /3 /

			2 4 -2 3-	/3 5 / -	. / . 3 8 -
80	9 0 /.	1	4 - . -2 -	2 /3 / 3- -	3 / /
81	4 - - /: « 6 / », «% 6 , (. »	1	5 , - - /, 4 - - - . - - 3 2 4 .	/3 / / 0 - - / - - 4 - - 2 3 . /, - - . /3 - -	/3 / 0 . / - / 4 - - /3 . / - - 3 3 - -
82	4 - - /: « 6 / », «% 6 , (. »	1	. . / - / . -	/ 3 3 . /. 3 / 3	3 / 3 -
	9 0 /.	1	4 - , .	* 3 / 4 - (2 3	/3 4 - , .

			+ - 4 - . / (1) - / 9 0 2	. /). /3 . - - 4 - .) 3 - /. . 4 4 4 - 5 . . 3 3 /	/3 . - 4 - .) 3 - /. . 4 4 4 3 3 /
83	«1 / 5 »	1	4 - - / / . - / - / . / 4 , - ,	/3 4 - - / / . - / /. * 3 . 4 - 4 6 / 8 - 4 (- -4 , , / - / 6 / . /)	/3 4 - - / / . - / * 3 . 4 4 6 /
Легкая атлетика - 19 часов					
84	40 / .- (4-). = - , - , -	1	/ 5 - - . 4 - , 4 // 3 . - -	/3 . /. /3 4 - (. /). /3 -2 3- 2 /	/3 . /. 3 /3 4 - , , , . - / .

	/ . -		-	/ 3 . /. /3 0 . - - . 32 / 2 / 3 /	/3 -2 32 / . - /3 - . 3 3 - /
85	- 5 /. / - .	1	- - / - / /, - / - 5 / - . / -	/3 - - . 2 3 . /. 3 - 5 /. / - 6 - / . / - . 32 /2 . *. 3 6 . /	/3 - 5 / . - - 6 . - /.*. 3 6 . /
86) 5 4 / -	1	4 - - . /. - / - 5 4 / - /	/3 4 - - /. /3 - - 5 4 / - 3 3 /	/3 4 - - / . /. /3 - 5 4 / . 3 3 - /
87	/. /.	1	4 - . -	/3 4 - , - / - 6 - / . / - - . 32 /2 .	/3 4 - - 3 . / . /3 - /.
88	/. /.	1	/ / .	/ . / - - . 32 /2 .	. /.

89	/.	1	2 . / / 6 / 4- / /.. - / /., 4 , 5 / -	/3 3-4 / . /3 , / - 6 / . - / - . 3 2 / 2	/3 6 - . / 6 -
90	/., 3 6 -	1	5 . - / -2 3- 2 4 .	/3 - - . /. /3 3-5 - / /3 .	6 , /3 - - - / -
91	/., 3 6 -	1	/ / /. 6 / 4- / /.. - 4 , 6 / /. 8 -2 - 3 2 4	/. / 6 / 4 / 6 * . 3 6 . /	/3 4 4 / / / 6 . - / 3 3 6 . /
92		1	4 - - - .	/3 4 - - - .	/3 4 - - - .
93		1	6 / .	/3 6 -	/3 6 . /.
94		1	.	-4 : 5 /	/3 3 6

			$\frac{4}{3} \cdot \frac{6}{3} = 2$	$\frac{6}{3} \cdot \frac{6}{3} = 4$	
95	10-15	1	$\frac{4}{3} \cdot \frac{4}{3} = \frac{16}{9}$	$\frac{4}{3} \cdot \frac{4}{3} = \frac{16}{9}$	$\frac{4}{3} \cdot \frac{4}{3} = \frac{16}{9}$
96	4, -	1	$\frac{4}{3} \cdot \frac{4}{3} = \frac{16}{9}$	$\frac{4}{3} \cdot \frac{4}{3} = \frac{16}{9}$	$\frac{4}{3} \cdot \frac{4}{3} = \frac{16}{9}$

97	& 8 0 20	1	/ 8 .	/3 - . - 4 -	/3 - . 4 -
98	& 8 0 20	1	- . - 4 - . -2 - 3 2 4 9 0	. * . 3 - / (. 3 8 0)	* . 3 / (. 3 8 - 0)
99	30	1	4 - -	/3 4 - -	/3 4 -
100	30	1	/ . / / 4 - * . 6 30 , /	/3 - , / - 6 - . 3 2 / 2	/ . /3 / 6 /3 - - 6
101	- 1- 2	1	. 4 4 - . -2 3-	/3 . 4 - . /.	/3 . 4 - 3 . /.
102	- 1- 2	1	2 4 / . . - 6 , 4 . - - . - 4	/3 / / . - 5 . . /3 - . 4 -	/3 / - / . - /3 -