

Учебные часы	Наименование темы	Ссылка
1-2	<p>Физическая культура и спорт в России. Всестороннее развитие личности – обязательное условие воспитания человека современного общества. Перспективы развития спорта в нашей стране, значение общей физической подготовки для повышения спортивного мастерства.</p> <p>История развития н/т в РФ и за рубежом. Этапы развития игры в нашей стране, ее популярность, изменения в правилах, технике и тактике. Участие российских спортсменов в соревнованиях. Н/т за рубежом. Включение н/т в программу Олимпийских игр.</p>	https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-istoriya-vozniknoveniya-i-razvitiya-nastolnogo-tennisa-za-rubezhom-i-v-rossii-384497.html
3-4	<p>Краткие сведения о строении и функциях организма. Особенности строения кровеносной системы в разном возрасте человека. Обмен веществ, органы пищеварения и выделения.</p> <p>Основы техники и тактики игры (ОТТИ). Правильная хватка ракетки и способы игры.</p>	http://www.offsport.ru/table-tennis/sposob-derzhaniya-raketki.shtml
5-6	<p>Влияние физических упражнений на организм. Благоприятное влияние постепенности повышения нагрузки и повторности упражнений на повышение функциональных возможностей организма.</p> <p>ОТТИ. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой на количество повторений в одной серии.</p>	https://cyberpedia.su/18x3ccb.html
7-8	<p>Гигиенические знания и</p>	https://cyberpedia.su/18x3ccb.html

	<p>средства закаливания. Режим дня и питание спортсменов. Естественные факторы закаливания. Утренняя гимнастика. Врачебный и самоконтроль спортсмена. ОТТИ. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой на количество повторений в одной серии.</p>	
9-10	<p>Методика обучения. Тренировка различных ударов, сочетания ударов, применение имитации ударов. Обучение начинающих спортсменов основам техники и тактики игры. Совершенствование тактики парной игры. Навыки планирования тренировочных занятий и контроля своей подготовленности, учет результатов тренировок и соревнований. ОТТИ. Изучение основных стоек теннисистов.</p>	https://megalektsii.ru/s32921t1.html
11-12	<p>ОТТИ. Изучение основных стоек теннисистов. Оборудование и инвентарь. Ремонт столов, ракеток, стоек, сеток.</p>	https://megalektsii.ru/s32921t1.html
13-14	<p>ОТТИ. Исходная при подаче стойка теннисиста, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры. Техника перемещения у стола. Оборудование и инвентарь. Изготовление простых приспособлений для совершенствования навыков игры.</p>	https://megalektsii.ru/s32921t1.html
15-16	<p>Правила игры, соревнования и их организация. Изучение основных правил игры, ведения счета. ОТТИ. Техника перемещений в ближней и средней зоне.</p>	https://megalektsii.ru/s32921t1.html
17-18	<p>ОТТИ. Краткие сведения о</p>	https://tenic.ru/sposoby-peredvizhenij-2/

	современных тенденциях в развитии техники игры. ОТТИ. Техника перемещений в ближней и средней зоне.	
19-20	ОТТИ. Тактика игры с разными противниками. ОТТИ. Техника перемещений в ближней и средней зоне.	https://tenic.ru/sposoby-peredvizhenij-2/
21-22	Контроль подготовленности занимающихся.	
23-24	Общая и специальная подготовка (ОСП). Роль имитации в тренировке мышц рук, корпуса и ног теннисиста. ОТТИ. Перемещения игрока при сочетании ударов справа и слева.	https://infourok.ru/sochetanie_priemov_peredvizheniy_i_ostanovok_igroka-155731.htm
25-26	ОТТИ. Перемещения игрока при сочетании ударов справа и слева. ОТТИ. Перемещения игрока при сочетании ударов справа и слева.	https://infourok.ru/sochetanie_priemov_peredvizheniy_i_ostanovok_igroka-155731.htm
27-28	ОТТИ. Перемещения игрока при сочетании ударов справа и слева. ОТТИ. Изучение подач.	https://infourok.ru/sochetanie_priemov_peredvizheniy_i_ostanovok_igroka-155731.htm
29-30	ОСП. Роль имитации в тренировке мышц рук, корпуса и ног теннисиста ОТТИ. Изучение подач.	http://ttdubna.ru/tehnika/326-imitaciya-v-nastolnom-tennise http://artemutochkin.ru/podachi-v-nastolnom-tennise/
31-32	ОТТИ. Тактика игры с разными противниками. Основные тактические приемы игры. ОТТИ. Изучение подач.	http://artemutochkin.ru/podachi-v-nastolnom-tennise/
33-34	ОТТИ. Изучение подач.	http://artemutochkin.ru/podachi-v-nastolnom-tennise/
35-36	ОТТИ. Изучение подач.	http://artemutochkin.ru/podachi-v-nastolnom-tennise/
37-38	ОТТИ. Тренировка приема «подставка» справа и слева.	https://expert-tennis.ru/zashhita-v-nastolnom-tennise-podstavka.html
39-40	ОТТИ. Тренировка ударов «подставка» справа и слева.	https://expert-tennis.ru/zashhita-v-nastolnom-tennise-podstavka.html
41-42	ОТТИ. Тренировка ударов «подставка» справа и слева.	https://expert-tennis.ru/zashhita-v-nastolnom-tennise-podstavka.html
43-44	ОТТИ. Тренировка ударов «накат» справа и слева.	https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2014/07/11/sovershenstvovanie-nakatov-sprava-i-sleva-v
45-46	ОТТИ. Тренировка ударов «накат» справа и слева.	https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2014/07/11/sovershenstvovanie-nakatov-sprava-i-sleva-v
47-48	ОТТИ. Тренировка ударов «накат» справа и слева.	https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2014/07/11/sovershenstvovanie-nakatov-sprava-i-sleva-v

49–50	ОТТИ. Тренировка ударов «накат» справа и слева.	https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2014/07/11/sovershenstvovanie-nakatov-sprava-i-sleva-v
51–52	ОТТИ. Тренировка ударов «накат» справа и слева.	https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2014/07/11/sovershenstvovanie-nakatov-sprava-i-sleva-v
53–54	ОТТИ. Тренировка ударов «накат» справа и слева.	https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2014/07/11/sovershenstvovanie-nakatov-sprava-i-sleva-v
55-56	ОТТИ. Тренировка ударов «накат» справа и слева.	https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2014/07/11/sovershenstvovanie-nakatov-sprava-i-sleva-v
57-58	Правила игры, соревнования и их организация. Круговая система соревнований, стыковые игры, олимпийская система соревнований. ОСП. Имитация ударов в продолжение 1 и 3 мин.	https://tennis-i.com/tennisnaya-entsiklopediya/sudejstvo-tennisa/sistemy-provedeniya-sorevnovanij.html https://pandia.ru/text/82/003/65596.php
59-60	ОСП. Роль имитации в тренировке мышц рук, корпуса и ног теннисиста ОСП. Имитация ударов в продолжение 1 и 3 мин.	https://pandia.ru/text/82/003/65596.php
61-62	Практика инструктора. Судейская практика. Соревнования. Система проведения командных и личных соревнований различного масштаба. Правила игры. Соревнования и их организация. Проведение игры из 3-7 партий	https://tenic.ru/metodika-organizacii-i-provedeniya-sorevnovanij/
63-64	Соревнования по теннису.	
65-66	ОТТИ. Тренировка ударов «подрезка» справа и слева. ОСП. Имитация ударов в продолжение 12 мин.	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://pandia.ru/text/82/003/65596.php
67–68	ОТТИ. Тренировка ударов «подрезка» справа и слева. ОСП. Имитация ударов в продолжение 12 мин.	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://pandia.ru/text/82/003/65596.php
69–70	ОТТИ. Тренировка ударов «подрезка» справа и слева. ОСП. Имитация ударов в продолжение 12 мин.	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://pandia.ru/text/82/003/65596.php
71- 72	ОТТИ. Тренировка ударов «подрезка» справа и слева. ОСП. Имитация перемещений с ударами – 3 и 5 мин.	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://pandia.ru/text/82/003/65596.php
73–74	ОТТИ. Тренировка ударов «подрезка» справа и слева. ОСП. Имитация перемещений с ударами – 3	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://pandia.ru/text/82/003/65596.php

	и 5 мин.	
75–76	ОТТИ. Тренировка ударов «подрезка» справа и слева. ОСП. Имитация перемещений с ударами – 3 и 5 мин.	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://pandia.ru/text/82/003/65596.php
77–78	ОТТИ. Тренировка ударов «подрезка» справа и слева. ОСП. Игра на столе с утяжеленными повязками на руке и поясом.	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://p67.навигатор.дети/program/2100-nastolnyi-tennis
79–80	ОТТИ. Тренировка ударов «подрезка» справа и слева. ОСП. Игра на столе с утяжеленными повязками на руке и поясом.	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://p67.навигатор.дети/program/2100-nastolnyi-tennis
81–82	ОТТИ. Имитация ударов ОСП. Игра на столе с утяжеленными повязками на руке и поясом.	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://p67.навигатор.дети/program/2100-nastolnyi-tennis
83–84	ОТТИ. Имитация ударов ОСП. Игра на столе с утяжеленными повязками на руке и поясом.	https://expert-tennis.ru/urok-podrezka-sprava-v-nastolnom-tennise.html https://p67.навигатор.дети/program/2100-nastolnyi-tennis
85–86	ОТТИ. Сочетание ударов. ОСП. Имитация ударов слева и справа на количество повторений за 1, 2, 3, 12 мин.	https://multiurok.ru/files/nastolnyi-tennis-metodika-obucheniia.html
87–88	ОТТИ. Сочетание ударов. ОСП. Имитация ударов слева и справа на количество повторений за 1, 2, 3, 12 мин.	https://multiurok.ru/files/nastolnyi-tennis-metodika-obucheniia.html
89-90	Психологическая подготовка. Воспитание волевых качеств, целеустремленности, упорства, трудолюбия, устойчивости к однообразной, но нужной работе. Самоконтроль поведения в ходе соревновательных игр.	https://multiurok.ru/files/nastolnyi-tennis-metodika-obucheniia.html
91–92	ОСП. Имитация ударов слева и справа на количество повторений за 1, 2, 3, 12 мин. ОТТИ. Сочетание ударов.	https://multiurok.ru/files/nastolnyi-tennis-metodika-obucheniia.html
93–94	ОСП. Имитация сочетаний ударов справа и слева на количество повторений за 1, 2, 3, 12 мин. ОТТИ. Сочетание ударов.	https://multiurok.ru/files/nastolnyi-tennis-metodika-obucheniia.html

95–96	ОСП. Имитация сочетаний ударов справа и слева на количество повторений за 1, 2, 3 и 12 мин. ОТТИ. Сочетание ударов.	https://multiurok.ru/files/nastolnyi-tennis-metodika-obucheniia.html
97-98	ОСП. Имитация сочетаний ударов справа и слева на количество повторений за 1, 2, 3 и 12 мин. ОТТИ. Сочетание ударов.	https://multiurok.ru/files/nastolnyi-tennis-metodika-obucheniia.html
99-100	Контроль подготовленности обучающихся.	
101-102	Практика инструктора. Судейская практика. Соревнования. Система проведения командных и личных соревнований различного масштаба. Участие в соревнованиях.	
103-104	ОСП. Имитация сочетаний ударов справа и слева на количество повторений за 1, 2, 3 и 12 мин. ОТТИ. Свободная игра разными ударами.	https://multiurok.ru/files/nastolnyi-tennis-metodika-obucheniia.html
105-106	ОСП. Имитация перемещений в 3-метровой зоне у стола по схеме «треугольник» - на количество повторений за 30 с. ОТТИ. Свободная игра разными ударами.	https://rykovodstvo.ru/other/156118/index.html?page=22
107-108	ОСП. Имитация перемещений в 3-метровой зоне у стола по схеме «треугольник» - на количество повторений за 30 с. ОТТИ. Свободная игра разными ударами. Промежуточная аттестация	https://rykovodstvo.ru/other/156118/index.html?page=22
109-110	ОСП. Имитация перемещений в 3-метровой зоне у стола по схеме «треугольник» - на количество повторений за 30 с. ОТТИ. Свободная игра разными ударами.	https://rykovodstvo.ru/other/156118/index.html?page=22
111-112	ОСП. Имитация перемещений в 3-метровой	https://rykovodstvo.ru/other/156118/index.html?page=22

	<p>зоне на количество повторений за 30 с., 1, 3 мин.</p> <p>ОТТИ. Свободная игра разными ударами.</p>	
113-114	<p>ОСП. Имитация перемещений в 3-метровой зоне на количество повторений за 30 с., 1, 3 мин.</p> <p>ОТТИ. Свободная игра разными ударами.</p>	https://rykovodstvo.ru/other/156118/index.html?page=22
115-116	<p>ОСП. Имитация перемещений в 3-метровой зоне на количество повторений за 30 с., 1, 3 мин.</p> <p>ОТТИ. Свободная игра разными ударами.</p>	https://rykovodstvo.ru/other/156118/index.html?page=22
117-118	<p>ОСП. Прыжки боком с двух ног через гимнастическую скамейку (30-40 см) на количество повторений за 30 с., 1 мин.</p> <p>ОТТИ. Свободная игра разными ударами.</p>	https://www.liveinternet.ru/users/andromathrisk/post433670336/
119-120	<p>ОСП. Прыжки боком с двух ног через гимнастическую скамейку (30-40 см) на количество повторений за 30 с., 1 мин.</p> <p>ОТТИ. Свободная игра разными ударами.</p>	https://www.liveinternet.ru/users/andromathrisk/post433670336/
121-122	<p>ОСП. Прыжки боком с двух ног через гимнастическую скамейку (30-40 см) на количество повторений за 30 с., 1 мин.</p> <p>ОТТИ. Свободная игра разными ударами.</p>	https://www.liveinternet.ru/users/andromathrisk/post433670336/
123-124	<p>ОСП. Прыжки боком с двух ног через гимнастическую скамейку (30-40 см) на количество повторений за 30 с., 1 мин.</p> <p>ОТТИ. Свободная игра разными ударами.</p>	https://www.liveinternet.ru/users/andromathrisk/post433670336/
125-126	<p>ОСП. Имитация перемещений в 3-метровом квадрате по схеме «восьмерка» за 3 мин.</p> <p>ОТТИ. Свободная игра разными ударами.</p>	https://rucont.ru/searchresults?&page=1&q=%22имитация%20перемещения%22
127-	Психологическая	https://football-match24.com/pravila-nastolnogo-tennisa-kratko-schyot-skolko-

128	<p>подготовка. Воспитание волевых качеств, целеустремленности, упорства, трудолюбия, устойчивости к однообразной, но нужной работе. Самоконтроль поведения в ходе соревновательных игр.</p> <p>ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий.</p>	partij-podachi.html
129-130	<p>Психологическая подготовка. Воспитание волевых качеств, целеустремленности, упорства, трудолюбия, устойчивости к однообразной, но нужной работе. Самоконтроль поведения в ходе соревновательных игр.</p> <p>ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий.</p>	https://football-match24.com/pravila-nastolnogo-tennisa-kratko-schyot-skolko-partij-podachi.html
131-132	<p>ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий.</p> <p>Правила игры, соревнования и их проведение. Круговая и олимпийская системы соревнований, стыковые игры.</p>	https://football-match24.com/pravila-nastolnogo-tennisa-kratko-schyot-skolko-partij-podachi.html
133-134	Соревнования по теннису.	
135-136	<p>ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий.</p> <p>ОСП. Имитация перемещений в 3-метровом квадрате по схеме «восьмерка» за 3 мин.</p>	https://rucont.ru/searchresults?&page=1&q=%22имитация%20перемещения%22
137-138	<p>ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий.</p> <p>ОСП. Имитация перемещений в 3-метровом квадрате по схеме «восьмерка» за 3 мин.</p>	https://rucont.ru/searchresults?&page=1&q=%22имитация%20перемещения%22
139-140	<p>ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий.</p> <p>ОСП. Игра на двух столах</p>	https://rucont.ru/searchresults?&page=1&q=%22имитация%20перемещения%22

	на счет.	
141-142	ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий. ОСП. Игра на двух столах на счет.	https://pandia.ru/text/80/459/42719-5.php
143-144	ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий. ОСП. Игра на двух столах на счет.	https://pandia.ru/text/80/459/42719-5.php
145-146	ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий. ОСП. Игра на двух столах на счет.	https://pandia.ru/text/80/459/42719-5.php
147-148	ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий. ОСП. Игра на двух столах на счет.	https://pandia.ru/text/80/459/42719-5.php
149-150	ОТТИ. Игра на счет из одной, трех, пяти, семи партий. ОСП. Игра на двух столах на счет.	https://pandia.ru/text/80/459/42719-5.php
151-152	ОТТИ. Участие в соревнованиях по выполнению наибольшего количества ударов в серии. ОСП. Игра на двух столах на счет.	http://www.club58.com.ua/ping-pong_rules.htm
153-154	ОТТИ. Участие в соревнованиях по выполнению наибольшего количества ударов в серии. ОСП. Игра на двух столах на счет.	http://www.club58.com.ua/ping-pong_rules.htm
155-156	ОТТИ. Участие в соревнованиях по выполнению наибольшего количества ударов в серии. ОСП. Игра на двух столах на счет.	http://www.club58.com.ua/ping-pong_rules.htm
157-158	ОТТИ. Участие в соревнованиях по выполнению наибольшего количества ударов в серии. ОСП. Игра на двух столах на счет.	http://www.club58.com.ua/ping-pong_rules.htm
159-160	ОТТИ. Игра на счет с форой. ОСП. Игра «в коробки».	https://ironbets.ru/sport/fora-nastolnii-tennis/
161-	ОТТИ. Игра на счет с	https://ironbets.ru/sport/fora-nastolnii-tennis/

162	форой. ОСП. Игра «в коробки».	
163- 164	ОТТИ. Игра на счет с форой. ОСП. Игра «в коробки».	https://ironbets.ru/sport/fora-nastolnii-tennis/
165- 166	Психологическая подготовка. Воспитание волевых качеств, целеустремленности, упорства, трудолюбия, устойчивости к однообразной, но нужной работе. Самоконтроль поведения в ходе соревновательных игр. Правила игры, соревнования и их организация. Проведение игры из 3-7 партий	https://football-match24.com/pravila-nastolnogo-tennisa-kratko-schyot-skolko-partij-podachi.html
167- 168	Практика инструктора. Судейская практика. Соревнования. Система проведения командных и личных соревнований различного масштаба. Участие в соревнованиях. ОСП. Особенности школ н/т: европейской, азиатской.	http://sportvnutritebja.ru/nastolnyj-tennis-xvatka-chast-2-aziatskaya-i-evropejskaya-plyusy-i-minusy/
169- 170	ОТТИ. Игра на счет с форой. ОСП. Игра «в коробки».	http://www.soloby.ru/325146/школьных-соревнований-настольному-теннисными-теннисных
171- 172	ОТТИ. Игра «восьмеркой» (по прямой и по диагонали). ОСП. Игра «в коробки».	http://www.soloby.ru/325146/школьных-соревнований-настольному-теннисными-теннисных
173- 174	ОТТИ. Игра «восьмеркой» (по прямой и по диагонали). ОСП. Имитация ударов справа и слева с отягощением (утяжеленной рукояткой, манжетой на кисть руки) на количество повторений за 1, 2, 3 мин.	https://studfile.net/preview/2490996/page:30/
175- 176	ОТТИ. Игра «восьмеркой» (по прямой и по диагонали). ОСП. Имитация ударов справа и слева с отягощением (утяжеленной рукояткой, манжетой на кисть руки) на количество повторений за 1, 2, 3 мин.	https://studfile.net/preview/2490996/page:30/
177- 178	ОТТИ. Игра «восьмеркой» (по прямой и по диагонали). ОСП. Имитация ударов	https://studfile.net/preview/2490996/page:30/

	справа и слева с отягощением (утяжеленной рукояткой, манжетой на кисть руки) на количество повторений за 1, 2, 3 мин.	
179-180	ОТТИ. Игра «восьмеркой» (по прямой и по диагонали). ОСП. Имитация ударов справа и слева с отягощением (утяжеленной рукояткой, манжетой на кисть руки) на количество повторений за 1, 2, 3 мин.	https://studfile.net/preview/2490996/page:30/
181-182	ОТТИ. Игра «в передвижку». ОСП. Прыжки через скакалку.	https://ttennis-top.ru/2017/05/25/peredvizhenija-v-nastolnom-tennise
183-184	ОТТИ. Игра «в передвижку». ОСП. Прыжки через скакалку.	https://ttennis-top.ru/2017/05/25/peredvizhenija-v-nastolnom-tennise
185-186	ОТТИ. Игра «в передвижку». ОСП. Прыжки через скакалку.	https://ttennis-top.ru/2017/05/25/peredvizhenija-v-nastolnom-tennise
187-188	ОТТИ. Игра «в передвижку». ОСП. Прыжки через скакалку.	https://ttennis-top.ru/2017/05/25/peredvizhenija-v-nastolnom-tennise
189-190	ОТТИ. Удар «топ-спин» против «подрезки». ОСП. Прыжки через скакалку.	http://tabletennis.hobby.ru/tech/strikes.shtml
191-192	ОТТИ. Удар «топ-спин» против «подрезки». ОСП. Прыжки через скакалку.	http://tabletennis.hobby.ru/tech/strikes.shtml
193-194	Контроль подготовленности обучающихся.	
195-196	ОТТИ. Удар «топ-спин» против «подрезки». ОСП. Челночный бег.	http://tabletennis.hobby.ru/tech/strikes.shtml
197-198	ОТТИ. Удар «топ-спин» против «подрезки». ОСП. Челночный бег.	http://tabletennis.hobby.ru/tech/strikes.shtml
199-200	ОТТИ. Совершенствование изученных приемов игры. ОСП. Челночный бег.	https://trenirofka-ru.turbopages.org/trenirofka.ru/s/vidy-trenirovok/kardio/chelnochnyy-beg.html
201-202	ОТТИ. Совершенствование изученных приемов игры. ОСП. Челночный бег.	https://trenirofka-ru.turbopages.org/trenirofka.ru/s/vidy-trenirovok/kardio/chelnochnyy-beg.html
203-204	ОТТИ. Совершенствование изученных приемов игры.	https://tenic.ru/nestandartnye-priemy-finty-ukorotki-skidki/

	ОСП. Игра нестандартным мячом – меньшим по размеру.				
205-206	ОТТИ. Особенности парных игр и тактика смешанных игр. ОСП. Игра нестандартным мячом – меньшим по размеру.	https://tenic.ru/nestandartnye-priemy-finty-ukorotki-skidki/			
207-208	ОТТИ. Особенности парных игр и тактика смешанных игр. ОСП. Игра нестандартным мячом – меньшим по размеру.	https://tenic.ru/nestandartnye-priemy-finty-ukorotki-skidki/			
209-210	ОТТИ. Совершенствование тактики игры в разных зонах. ОСП. Прыжки боком с двух ног через гимнастическую скамейку (30-40 см) на количество повторений за 30 с., 1 мин.	https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200301102			
211-212	ОТТИ. Совершенствование тактики игры в разных зонах. ОСП. Прыжки боком с двух ног через гимнастическую скамейку (30-40 см) на количество повторений за 30 с., 1 мин. Промежуточная аттестация	https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200301102			
213-214	Соревнования по теннису.				
215-216	ОТТИ. Совершенствование тактики игры в разных зонах. ОСП. Прыжки через скакалку.	https://body-bar.ru/theory/nuances-of-technique/jumping-rope-technique-and-use /			
			216	22	194