

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Агинская средняя общеобразовательная школа №2»

Рекомендована
к утверждению:
заседание ЦМО
Протокол № 1
от 31.08.2016 г



Утверждена
Приказ № 124-Д
от 31.08.2016 г

Бусыгин

**РАБОЧАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Учитель: Тихонов А. Н.,
Бусыгин Ю. И.

2016– 2017 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая образовательная программа по физической культуре составлена на основе Примерной программы стандартов Второго поколения, требований к результатам освоения основной образовательной программы, авторской программы В.И. Ляха.

Цель учебного предмета «Физическая культура» - формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи предмета физической культуры:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Предмет «Физическая культура» направлен на:

- реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малые комплекты и сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводится 350 ч, из расчета 2 ч в неделю с V по IX класс. На основании приказа Министерства образования РФ от 30.08.2010 г. № 889 о введении 3 ч физической культуры рабочая образовательная программа рассчитана на 3 часа в неделю, 102 часа годовых (кроме 5-6 классов).

класс	Примерная образовательная программа	Авторская программа	Учебный план	примечание
5	2\68	3\102	2\68	
6	2/68	3\102	2/68	
7	3\102	3\103	3\103	
8	3\102	3\102	3\102	
9	3\102	3\102	3\102	

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения

личноcтно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личноcтные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятой физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;

восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

К области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, -доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

• способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической

культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;
- способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

по физической культуре 5 класс (70 ч.)

	100%	70%	30%	Форма проведения	Место проведения	Обеспечение
I четверть 17ч. (11/6)						
Легкая атлетика	11	8	4	Легкоатлетические соревнования «Золотая осень»	Стадион	Флаг, гимн.
Гимнастика	6	4	2	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал.	Брусья, перекладина, маты, мячи
II четверть 15 ч.(10/5)						
Гимнастика	7	6	2	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал	Брусья, перекладина, маты, мячи
Баскетбол	8	5	3	Товарищеские встречи по баскетболу	Спортивный зал	Мяч, баскетбольные корзины
III четверть 21 ч.(14/7)						
Лыжная подготовка	14	9	5	Соревнования по лыжам, лыжные прогулки	Лыжная база, поселок ветеран	Лыжи, палочки, ботинки
Волейбол	7	5	2	Товарищеские встречи по волейболу	Спортивный зал	Мячи, сетка
IV четверть 15 часов (10/5)						
Волейбол	7	4	3	Первенство школы по волейболу	Спортивный зал	Мяч, сетка
Легкая атлетика	8	6	2	Легкоатлетические соревнования «спринт», «шиповка юных»	Стадион	Флаг, гимн, секундомер, эстафетные палочки, ручной мяч
Итого	68	46	22			

Перспективное планирование

по физической культуре 6 класс (68ч.)

	100%	70%	30%	Форма проведения	Место проведения	Обеспечение
I четверть 17ч. (10/7)						
Легкая атлетика	9	4	5	Легкоатлетические соревнования «Золотая осень»	Стадион	Флаг, гимн.
Гимнастика	8	6	2	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал.	Брусья, перекладина, маты, мячи
II четверть 15 ч.(10/5)						
Гимнастика	7	5	2	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал	Брусья, перекладина, маты, мячи
Баскетбол	8	5	3	Товарищеские встречи по баскетболу	Спортивный зал	Мяч, баскетбольные корзины
III четверть 21 ч.(15/6)						
Лыжная подготовка	12	9	3	Соревнования по лыжам, лыжные прогулки	Лыжная база, поселок ветеран	Лыжи, палочки, ботинки
Волейбол	9	6	3	Товарищеские встречи по волейболу	Спортивный зал	Мячи, сетка
IV четверть 15 часов (10/5)						
Волейбол	10	7	3	Первенство школы по волейболу	Спортивный зал	Мяч, сетка
Легкая атлетика	5	3	2	Легкоатлетические соревнования «спринт», « шиповка юных»	Стадион	Флаг, гимн, секундомер, эстафетные палочки, ручной мяч
итого	68	45	23			

Перспективное планирование
по физической культуре 7 класс (103ч.)

	100%	70%	30%	Форма проведения	Место проведения	Обеспечение
I четверть 26ч. (19/7)						
Легкая атлетика	18	13	5	Легкоатлетические соревнования «Золотая осень»	Стадион	Флаг, гимн.
Гимнастика	8	6	2	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал.	Брусья, перекладина, маты, мячи
II четверть 22 ч.(15/7)						
Гимнастика	7	3	4	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал	Брусья, перекладина, маты, мячи
Баскетбол	15	12	3	Товарищеские встречи по баскетболу	Спортивный зал	Мяч, баскетбольные корзины
III четверть 31 ч.(22/9)						
Лыжная подготовка	22	16	6	Соревнования по лыжам, лыжные прогулки	Лыжная база, поселок ветеран	Лыжи, палочки, ботинки
Волейбол	9	6	3	Товарищеские встречи по волейболу	Спортивный зал	Мячи, сетка
IV четверть 24 часов (16/7)						
Волейбол	11	7	4	Первенство школы по волейболу	Спортивный зал	Мяч, сетка
Легкая атлетика	13	9	4	Легкоатлетические соревнования «спринт», « шиповка юных»	Стадион	Флаг, гимн, секундомер, эстафетные палочки, ручной мяч
итого	103	71	32			

Перспективное планирование
по физической культуре 8 класс (102ч.)

	100%	70%	30%	Форма проведения	Место проведения	Обеспечение
I четверть 25ч. (17/8)						
Легкая атлетика	17	12	5	Легкоатлетические соревнования «Золотая осень»	Стадион	Флаг, гимн.
Гимнастика	8	6	2	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал.	Брусья, перекладина, маты, мячи
II четверть 22 ч.(7/15)						
Гимнастика	7	3	4	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал	Брусья, перекладина, маты, мячи
Баскетбол	15	12	3	Товарищеские встречи по баскетболу	Спортивный зал	Мяч, баскетбольные корзины
III четверть 31 ч.(22/9)						
Лыжная подготовка	22	16	6	Соревнования по лыжам, лыжные прогулки	Лыжная база, поселок ветеран	Лыжи, палочки, ботинки
Волейбол	9	6	3	Товарищеские встречи по волейболу	Спортивный зал	Мячи, сетка
IV четверть 24 часов (16/8)						
баскетбол	15	10	5	Первенство школы по волейболу	Спортивный зал	Мяч, сетка
Легкая атлетика	9	6	3	Легкоатлетические соревнования «спринт», «шиповка юных»	Стадион	Флаг, гимн, секундомер, эстафетные палочки, ручной мяч
итого	102	70	32			

Перспективное планирование
по физической культуре 9 класс (102ч.)

	100%	70%	30%	Форма проведения	Место проведения	Обеспечение
I четверть 25ч. (20/5)						
Легкая атлетика	17	13	4	Легкоатлетические соревнования «Золотая осень»	Стадион	Флаг, гимн.
Гимнастика	8	7	1	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал.	Брусья, перекладина, маты, мячи
II четверть 22 ч.(15/7)						
Гимнастика	8	4	4	Олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап)	Спортивный зал, тренажерный зал	Брусья, перекладина, маты, мячи
Баскетбол	14	11	3	Товарищеские встречи по баскетболу	Спортивный зал	Мяч, баскетбольные корзины
III четверть 31 ч.(22/9)						
Лыжная подготовка	18	12	6	Соревнования по лыжам, лыжные прогулки	Лыжная база, поселок ветеран	Лыжи, палочки, ботинки
Волейбол	13	10	3	Товарищеские встречи по волейболу	Спортивный зал	Мячи, сетка
IV четверть 24 час (15/9)						
Баскетбол	13	8	5	Первенство школы по волейболу	Спортивный зал	Мяч, сетка
Легкая атлетика	11	7	4	Легкоатлетические соревнования «спринт», « шиповка юных»	Стадион	Флаг, гимн, секундомер, эстафетные палочки, ручной мяч
итого	102	72	30			

Календарно – тематическое планирование по курсу физическая культура

5 класс 1 четверть (17 час)

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Место проведен ия	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт
Легкая атлетика 12 часов								
1	Правила Т.Б.при занятиях легкой атлетикой.	1	Смотр знаний	Акт.зал	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по л/а.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности; Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;	2.09	
2	Низкий старт	1	урок	Спорт. двор	Комплекс ОРУ. Повторение ранее пройденных строевых упражнений. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (30 – 60 м) с максимальной скоростью. Старты из различных И. П. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 15 – 20 с.).	Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;	5.09	
3	Стартовый разгон до 20 м	1	урок	Спорт. двор			9.09	
4	Финиширование	1	урок	Спорт. двор	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения		12.09	

5	Бег 30 м.	1	урок	Спорт. двор	Техника бега. Развитие быстроты	Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности. Знать требования инструкций.	16.09	
6	Бег 800 м	1	урок	Спорт. двор	Совершенствование техники бега		19.09	
7	Бег на 1000м	1	Кросс «Золотая осень»	Спорт. двор	Дыхательные упражнения в режиме скоростной выносливости		23.09	
8	Бег на 1500 м	1	Первенство 5 – 6 класса по легкой атлетике	Спорт. двор	Забег на 400, 800, 1500 м	Олимпийские игры в древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх. Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки Применять беговые упражнения для развития физических качеств	26.09	
9	Метание теннисного мяча в цель	1	урок	Спорт двор	Техника метания мяча в цель		30.09	
10	Метание теннисного мяча на дальность	1	урок	Спорт. двор	Упражнения для развития метания мяча с места и разбега		3.10	
11	Метание мяча на дальность	1	Первенство 10 класса по метанию мяча	Спорт. двор	Техника метания мяча с разбега	Применять беговые упражнения для развития физических качеств. Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать ее по ЧСС. Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки	7.10	

						<p>Уметь демонстрировать физические кондиции (скоростную выносливость)</p> <p>Демонстрировать вариативные выполнения беговых упражнений</p> <p>Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки</p> <p>Применять беговые упражнения для развития физических качеств.</p> <p>Уметь демонстрировать отведение руки для замаха.</p> <p>Уметь демонстрировать технику броска</p> <p>Применять упражнения в метании мяча для развития физических качеств, контролировать физическую нагрузку</p> <p>Демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений</p> <p>Применять прыжковые упражнения для развития физических качеств</p>		
Гимнастика 6 часов								
12	Т.Б на уроках гимнастики. Акробатика	1	Смотр Знаний	спортзал	Правила безопасности и гигиенические требования	Знать требования инструкций, историю развития акробатики, акробатические упражнения	10.10	

13	Кувырок вперед, назад	1		спортзал	Акробатическое соединение из семи элементов	Уметь демонстрировать технику выполнения акробатических упражнений	14.10	
14	Опорный прыжок через козла ноги врозь	1		спортзал	Техника опорного прыжка через козла ноги врозь	Описывать технику опорных прыжков и осваивать ее Анализировать технику опорных прыжков, демонстрировать технику выполнения	17.10	
15	Учет опорного прыжка	1		спортзал	Техника опорного прыжка через козла ноги врозь. Техника опорного прыжка через козла ноги врозь.	Демонстрировать технику опорного прыжка через козла согнув ноги Демонстрировать технику опорного прыжка. .	21.10	
16	Подтягивание на перекладине	1	Соревнование	спортзал	Техника подтягивания на перекладине. Упражнения виса и упора	Описывать технику упражнений. Знать подготовительные упражнения Описывать технику выполнения на гимнастической перекладине, составлять гимнастические комбинации	24.10	
17	Комбинация упражнений	1	урок	спортзал	Описывать технику выполнения на гимнастической перекладине, составлять гимнастические комбинации	Описывать технику выполнения на гимнастических брусьях, составлять гимнастические комбинации Демонстрировать выполнения упражнений на гимнастических снарядах, уметь анализировать технику выполнения	28.10	

5 класс 2 четверть 15 час

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Место проведе ния	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт
Гимнастика 6 часов								
1	Т.Б. на уроках гимнастики и акробатики	1	Смотр знаний	Акт.зал	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по гимнастики и акробатики.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения гимнастики и акробатики, соблюдать правила безопасности;	7.11	
2	Акробатические соединения	1	урок	Спортзал	Акробатические соединения из 7 элементов, техника выполнения перелезания через коня. Описать технику комбинации акробатических упражнений	Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;	11.11	
3	Перелезание через коня	1	урок	Спортзал		Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;	14.11	
4	Учет перелезание через коня	1	урок	Спортзал			18.11	
5	Лазание по канату	1	Соревнования	Спортзал			21.11	

6	Прыжок через козла	1				Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.	25.11	
7	Комбинации акробатических упражнений	1	урок	Спортзал		<p>Знать требования инструкций.</p> <p>Уметь демонстрировать гимнастические упражнения и акробатику</p> <p>Описывать технику выполнения гимнастических упражнений и акробатику</p> <p>, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки</p> <p>Применять гимнастические упражнения и акробатику</p> <p>для развития физических качеств</p>	28.11	

Подвижные игры на основе баскетбола 8 часов

1	Т.Б.на уроках баскетбола	1	Смотр знаний	Актный зал	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по занятию баскетболом	Инструктаж по Т.Б при занятиях баскетболом. СУ. ОРУ с мячом. Специальные беговые упражнения. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Развитие координационных способностей.	2.12	
2	Ведение мяча правой и левой рукой	1	эстафета	спортзал	Техника ведения мяча правой и левой рукой	Терминология игры в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	5.12	

3	Броски мяча в щит	1	урок	спортзал	Техника выполнения броска мяча в щит	Комплекс упражнений в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча без сопротивления защитника в парах; а) на месте; б) в движении. Прыжки вверх из приседа: 10 раз – мальчики, 8 раз – девочки.	9.12	
4	Передача мяча двумя руками от груди	1	урок	спортзал	Техника выполнения передачи мяча двумя руками от груди		12.12	
5	Бросок мяча в кольцо	1	урок	спортзал	Техника броска мяча в кольцо		16.12	
6	Штрафной басок	1	соревнование	спортзал	Техника выполнения штрафного броска	Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости; ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой. Подвижная игра «Не давай мяч водящему».	19.12	
7	Бросок мяча в кольцо на два шага	1	урок	спортзал	Техника выполнения броска мяча в кольцо на два шага		23.12	
8	Учебно-тренировочная игра Баскетбол	1	урок	спортзал	Техника выполнения элементов игры в баскетбол		26.12	

5 класс 3 четверть 21 час

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Место проведе ния	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт

Лыжная подготовка 13часов

1	Лыжный инвентарь. Режим питания спортсмена.	1	урок	Спорт. двор	Правильный подбор инвентаря, одежды, обуви. Режим питания спортсмена.	Знать как правильно подобрать лыжный инвентарь.	9.01	
2	Попеременный двухшажный ход.	1	урок	Спорт. двор			13.01	
3	Совершенствование попеременного двухшажного хода.	1	урок	Спорт. двор	Техника попеременного двухшажного хода.	Описывать технику выполнения лыжных ходов.	16.01	
4	Одновременный бесшажный ход.	1	Смотр знаний	спорт.двор	Техника одновременного бесшажного хода.		20.01	

5	Совершенствован ие одновременного бесшажного хода.	1	урок	Спорт. двор			23.01	
6	Одновременный одношажный ход.	1	Смотр знаний	Спорт. двор	Техника одновременного одношажного хода.		27.01	
7	Совершенствован ие одновременного одношажного хода.	1	урок	Спорт.дво р	Техника одновременного одношажного хода.		30.01	
8	Чередование ходов.	1	соревно вания	Спорт. двор	Совершенствование техники чередования ходов.		3.02	
9	Подъем "ёлочкой".	1	урок	Спорт.дво р	Совершенствование подъема "ёлочкой".	Уметь демонстрировать подъемы и спуски с горы различными способами.	6.02	
10	Спуск с горы с поворотом.	1	урок	Спорт. двор	Техника спуска с горы.		10.02	
11	Прохождение дистанции 1000 м.	1	соревно вания	стадион	Техника прохождения дистанции		13.02	
12	Прохождение дистанции 1500м.	1	Чемпио нат по лыжны	стадион			17.02	

			м гонкам.					
13	Прохождение дистанции 2000м.	1	Первенство класса	стадион			20.01	
Волейбол 8 часов								
14	Т.Б на уроках при занятиях волейболом.	1	Смотр Знаний	спортзал	Правила безопасности и гигиенические требования	Знать требования инструкций, историю развития волейбола.	27.02	
15	Стоки игрока.	1		спортзал	Техника стоки игрока.	Уметь демонстрировать технику стоек и перемещения игрока.	3.03	
16	Стойки и перемещения игрока.	1		спортзал	Техника стойки и перемещения игрока.		6.03	
17	Нижняя прямая подача.	1		спортзал	Техника нижней прямой подачи.	Анализировать технику нижней прямой подачи.	10.03	
18	Прием мяча снизу.	1		спортзал	Техника приема мяча снизу.	Демонстрировать технику приема мяча снизу и сверху.	13.03	
19	Прием мяча сверху.	1	урок	спортзал	Техника приема мяча сверху.		17.03	
20	Прием мяча с подачи.	1	урок	спортзал	Техника приема мяча с подачи.	Описывать технику выполнения приема мяча с подачи.	20.03	

21	Учебная игра "Волейбол!"	1	Соревно вание				24.03	
----	-----------------------------	---	------------------	--	--	--	-------	--

Календарно – тематическое планирование по физической культуре

5 класс

4 четверть (15 часов)

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
						план	факт

Подвижные игры 10 часов.								
1	Правила Т.Б. при занятиях подвижными играми	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях подвижными играми .Стойки и перемещения игрока из различных исходных положений. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Развитие координационных способностей. Бросок	Знать технику безопасности	3.04		
2	Стойки и перемещения игрока	1			Инструктаж по Т.Б при занятиях баскетболом. СУ. ОРУ с мячом.	7.04		

3	Ведение мяча на месте	1		мяча с низу на месте в щит, в кольцо. и в парах. Ведение мяча на месте в движении в парах, с изменением направления, скорости движения. Ведение правой, левой рукой, на месте и в движении. Подвижная игра "Борьба за мяч" "Перестрелка" Эстафеты с элементами баскетбола	Специальные беговые упражнения. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Развитие координационных способностей. Терминология игры в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	10.04	
4	Введение мяча в движении в парах	1	эстафета			14.04	
5	Промежуточная аттестация	1				17.04	
6	Промежуточная аттестация	1				21.04	
7	Ловля мяча на месте в парах	1				24.04	
8	Ловля и передача мяча на месте и в движении в парах	1				28.04	
9	Штрафной бросок	1	соревнование		двигании. Прыжки вверх из приседа: 10 раз – мальчики, 8 раз – девочки.	5.05	
10	Бросок мяча в щит	1				12.05	
					Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости; ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой. Подвижная игра «Не давай мяч водящему».		

легкая атлетика-5

1	Т.Б. при занятиях легкой атлетикой. Режим питания	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях легкой атлетикой. <i>Режим питания Бег:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук. Метание малого мяча на дальность. Беговые эстафеты. Бег 30 метров с высокого старта. Прыжок в длину с разбега. Игра «у медведя во бору»	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности;	15.05	
2	Разновидности ходьбы	1			Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;	19.05	
3	Разновидности бега.	1			Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;	22.05	
4	Специальные беговые упражнения	1			Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.	26.05	
5	Высокий старт бег 30 м	1	Первенство класса			29.05	

					<p>Знать требования инструкций.</p> <p>Олимпийские игры в древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх.</p> <p>Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции</p> <p>Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно , выявлять и устранять характерные ошибки</p> <p>Применять беговые упражнения для развития физических качеств</p> <p>Уметь демонстрировать финальное усилие в беге</p> <p>Применять беговые упражнения для развития физических качеств. Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать ее по ЧСС.</p> <p>Описывать технику выполнения беговых упражнений.</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

Календарно – тематическое планирование по курсу физическая культура

6 класс 1 четверть (17 часов)

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Место проведения	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт
Легкая атлетика 9 часов								
1	Правила Т.Б. при занятиях легкой атлетикой.	1	Смотр знаний	Акт.зал	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по л/а. Комплекс ОРУ. Повторение ранее пройденных строевых упражнений. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (30 – 60 м) с максимальной скоростью. Старты из различных И. П. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 15 – 20 с.).	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности; Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;	2.09	
2	Техника высокого старта	1		Спорт. двор		Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;	5.09	
3	Бег 30 м.	1		Спорт. двор			9.09	

4	Эстафетный бег 4*30 м.	1	Соревнования	Спорт. двор	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения в эстафете	Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.	12.09	
5	Бег 500 м.	1		спорт.двор	Техника бега. Развитие быстроты	Знать требования инструкций.	16.09	
6	Бег 800 м.	1		Спорт. двор		Олимпийские игры в древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх.	19.09	
7	Бег 1000 м.	1	Первенство класса по легкой атлетике	Спорт. двор		Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции	23.09	
8	Бег 1500 м.	1	Спортивный марафон	Спорт. двор		Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки	26.09	
9	Прыжок в длину с места	1	урок	Спорт. двор	Совершенствование техники при прыжке в длину с места	<p>Применять беговые упражнения для развития физических качеств</p> <p>Уметь демонстрировать финальное усилие в беге</p> <p>Применять беговые упражнения для развития физических качеств. Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать ее по ЧСС.</p> <p>Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки</p>	30.09	

						<p>Уметь демонстрировать физические кондиции (скоростную выносливость)</p> <p>Демонстрировать вариативные выполнения беговых упражнений</p>		
Гимнастика 8 часов								
10	Т.Б на уроках гимнастики. Акробатика	1	Смотр Знаний	спортзал	Правила безопасности и гигиенические требования	Знать требования инструкций, историю развития акробатики, акробатические упражнения	3.10	
11	Акробатическое соединение	1		спортзал	Акробатическое соединение из семи элементов	Уметь демонстрировать технику выполнения акробатических упражнений	7.10	
12	Опорный прыжок	1		спортзал	Техника опорного прыжка	Описывать технику опорных прыжков и осваивать ее	10.10	
13	Опорный прыжок через козла ноги врозь	1		спортзал	Техника опорного прыжка через козла ноги врозь	Анализировать технику опорных прыжков, демонстрировать технику выполнения	14.10	
14	Опорный прыжок через козла согнув ноги	1		спортзал	Техника опорного прыжка через козла согнув ноги	Демонстрировать технику опорного прыжка через козла согнув ноги	17.10	
15	Учет опорного прыжка	1		спортзал	Техника опорного прыжка через козла ноги врозь. Техника опорного прыжка через козла ноги врозь.	Демонстрировать технику опорного прыжка. . Описывать технику упражнений. Знать подготовительные упражнения	21.10	
						Описывать технику выполнения на гимнастической перекладине, составлять гимнастические комбинации		

16	Подтягивание на перекладине	1	соревнование	спортзал	Техника подтягивания на перекладине. Упражнения виса и упора	Описывать технику выполнения на гимнастических брусьях, составлять гимнастические комбинации	24.10	
17	Комбинация упражнений на брусьях	1		спортзал	Описывать технику выполнения на гимнастической перекладине, составлять гимнастические комбинации	Демонстрировать выполнения упражнений на гимнастических снарядах, уметь анализировать технику выполнения	28.10	

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Место проведения	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт
Гимнастика 7 часов								

1	Т.Б. на уроках гимнастики и акробатики	1	урок	Акт.зал	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по гимнастики и акробатики.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения гимнастики и акробатики, соблюдать правила безопасности;	7.11	
2	Акробатические соединения	1	урок	Спортзал	Акробатические соединения из 7 элементов, техника выполнения опорного прыжка через козла согнув ноги. Техника выполнения лазания по канату. Выполнение техники комбинации акробатических упражнений	Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;	11.11	
3	Опорный прыжок через козла согнув ноги	1	урок	Спортзал		Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;	14.11	
4	Опорный прыжок	1	урок	Спортзал		Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.	18.11	
5	Лазание по канату	1	Соревнования	Спортзал		Знать требования инструкций.	21.11	
6	Комбинации упражнений на гимнастических снарядах	1	урок	Спортзал			25.11	
7	Акробатическое соединение	1				Уметь демонстрировать акробатические соединения, гимнастические упражнения и акробатику Уметь выполнить технику опорного прыжка через козла согнув ноги. Описывать технику выполнения гимнастических упражнений и акробатику	28.11	

						<p>, осваивать ее самостоятельно , выявлять и устранять характерные ошибки</p> <p>Применять гимнастические упражнения и акробатику</p> <p>для развития физических качеств</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

Подвижные игры на основе баскетбола 8 часов

1	Т.Б.на уроках баскетбола	1	Смотр знаний	Актный зал	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по занятию баскетболом	<p>Инструктаж по Т.Б при занятиях баскетболом. СУ. ОРУ с мячом. Специальные беговые упражнения. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Развитие координационных способностей. Терминология игры в баскетбол. Правила игры в баскетбол.</p> <p>Комплекс упражнений в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча без сопротивления защитника в парах; а) на месте; б) в движении. Прыжки вверх из приседа: 10 раз – мальчики, 8 раз – девочки.</p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой</p>	2.12	
2	Стойка игрока	1	урок	спортзал	Совершенствование техники стойки игрока		5.12	
3	Способы перемещения игрока	1	урок	спортзал	Техника перемещению игрока		9.12	
4	Ведение мяча правой и левой рукой	1	урок	спортзал	Техника ведения мяча правой и левой рукой		12.12	
5	Броски мяча в цель	1	Соревнование	спортзал	Техника выполнения броска мяча в цель		16.12	
6	Броски мяча в щит	1	Веселые старты	спортзал	Техника выполнения броска мяча в щит		19.12	

7	Ловля мяча двумя руками	1	урок	спортзал	Техника выполнения ловли мяча двумя руками	стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости; ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой. Подвижная игра «Не давай мяч водящему».	23.12	
8	Передача мяча двумя руками от груди	1	урок	спортзал	Техника выполнения передачи мяча двумя руками от груди		26.12	

6 класс 3 четверть 21 час

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Место проведения	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт

Лыжная подготовка 12 часов

1	ТБ на уроках лыжной подготовки.	1	урок	Лыжная база	Правила техники безопасности при занятиях лыжной подготовкой.	Знать и соблюдать правила техники безопасности	9.01	
2	Одновременно одношажный ход.	1	урок	Лыжная база	Техника выполнения одновременных и попеременных лыжных ходов.	Демонстрировать технику попеременных и одновременных и коньковых ходов.	13.01	
3	Скоростной вариант одновременного одношажного хода.	1	урок	Лыжная база	Техника выполнения скоростного варианта одновременных и попеременных лыжных ходов		16.01	
4	Коньковый ход	1	урок	Лыжная база	Техника выполнения конькового хода		20.01	
5	Совершенствование конькового хода	1	урок	Лыжная база			23.01	
6	Одновременно бесшажный ход.	1	урок	Лыжная база			27.01	
7	Переход с одновременного на попеременный ход.	1	урок	Лыжная база	Техника выполнения перехода с одного хода на другой	Демонстрировать технику перехода с одного хода на другой.	30.01	
8	Подъем "Ёлочкой".	1	урок	Лыжная база	Техника выполнения различных способов подъемов и спусков с горы с торможением разными способами	Описывать технику различных способов подъемов и спусков с горы с торможением разными способами.	3.02	
9	Подъем "лесенкой"	1	урок				6.02	
10	Преодоление контруклонов.	1	урок				10.02	
11	Спуск с горы с поворотом.	1	урок				13.02	
12	Торможение "полуплугом".	1	урок				Демонстрировать технику выполнения торможения" полуплугом" "плугом"	17.02

волейбол 9

№	Тема занятия		Форма занятия		Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения
---	--------------	--	---------------	--	---------------------	--	-----------------

		Кол – во часов		Место проведе ния			план	факт
1	Правила техники безопасности при занятиях волейболом.	1	урок	актовый зал	Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Олимпийское движение	Знать требования инструкций. Устный опрос	20.02	
2	Стойки и перемещения игрока	1	урок	спортзал	Техника выполнения стойки и перемещения игрока Техника выполнения передач в парах	. Уметь перемещаться в различных стойках игрока.	27.02	
3	Верхняя передача мяча.	1	урок	спортзал		Уметь демонстрировать технику выполнения передач в парах а также с низу в падении	3.03	
4	Передачи мяча в парах.	1	урок	спортзал		. Уметь описывать технику передачи мяча в парах	6.03	
5	Прием мяча с низу в падении	1	урок	спортзал	Техника выполнения Приема мяча с низу в падении		10.03	
6	Верхняя прямая подача.	1	. урок	спортзал	Техника выполнения Верхней прямой подачи	Уметь описывать технику верхней прямой подачи и приема мяча с подачи	13.03	
7	Верхняя прямая подача по зонам.	1	урок	спортзал			17.03	
8	Прием мяча с подачи.	1	урок	спортзал	Техника приема мяча с подач.		20.03	
9	Прямой нападающий удар.	1	урок	спортзал	Техника прямого нападающего удара.	Уметь демонстрировать технику прямого нападающего удара и блокирования.	24.03	

Календарно – тематическое планирование по курсу физическая культура

6 класс 4 четверть 15 часов

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Место проведения	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт

Волейбол-10

1	Т.Б на уроках при занятиях волейболом.	1	Смотр Знаний	спортзал	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности	Знать требования инструкций, историю развития волейбола.	3.04	
2	Стойки игрока.	1		спортзал	Техника выполнения стойки и перемещения игрока	Уметь демонстрировать технику стоек и перемещения игрока.	7.04	
3	Стойки и перемещения игрока.	1		спортзал			10.04	

4	Верхняя, нижняя подача.	1		спортзал	Техника выполнения верхней прямой подачи	Анализировать технику нижней прямой подачи.	14.04	
5	Прием мяча двумя руками с низу.	1		спортзал	Техника приема мяча двумя руками с низу	Демонстрировать технику приема мяча снизу и сверху.	17.04	
6	Прием мяча сверху через сетку	1		спортзал	Техника приема мяча сверху через сетку		21.04	
7	Промежуточная аттестация	1		спортзал	Техника выполнения контрольных тестов	Описывать технику выполнения контрольных тестов	24.04	
8	Промежуточная аттестация	1		спортзал			28.04	
9	Передачи мяча в парах через сетку.	1		спортзал	толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.	Демонстрировать технику выполнения передачи мяча через сетку	5.05	
10	Передачи мяча в тройках.	1			Техника передачи мяча в тройках.	Демонстрировать технику выполнения передачи мяча	12.05	

легкая атлетика-5 часов

1	Правила Т.Б. при занятиях легкой атлетикой.	1	урок	Акт.зал	<p>Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности;</p> <p>Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;</p>	Знать требования инструкций. Олимпийские игры в древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх.	15.05	
2	Высокий старт	1	урок	Спорт. двор		Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции	19.05	
3	Стартовый разгон	1	урок	Спорт. двор			22.05	

4	Равномерный бег	1	урок	Спорт. двор	<p>Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;</p> <p>Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.</p>	Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки	26.05	
5	Скоростной бег до 40 м	1	урок	спорт.двор		Применять беговые упражнения для развития физических качеств	29.05	

7 класс 1 четверть 26 часов

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Место проведения	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт
Легкая атлетика 18 часов								
1	Правила Т.Б. при занятиях легкой атлетикой.	1	Смотр знания	Акт.зал	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по л/а.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности; Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;	1.09	
2	Техника спринтоского бега	1	урок	Спорт. двор	Комплекс ОРУ. Повторение ранее пройденных строевых упражнений. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (30 – 60 м) с максимальной скоростью. Старты из различных И. П. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 15 – 20 с.).	Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;	2.09	
3	Бег 60 м	1	урок	Спорт. двор			6.09	
4	Эстафетный бег 4*100	1	урок	Спорт. двор			8.09	
5	Бег в равномерном темпе до 10 минут	1	урок	спорт.двор	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Скоростной до 50 метров.	Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности. Знать требования инструкций.	9.09	

6	Бег на 100 м.	1	урок	Спорт. двор		Олимпийские игры в древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх. Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки Применять беговые упражнения для развития физических качеств Уметь демонстрировать финальное усилие в беге Применять беговые упражнения для развития физических качеств. Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать ее по ЧСС. Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки Уметь демонстрировать физические кондиции (скоростную выносливость) Демонстрировать вариативные выполнения беговых упражнений	13.09	
7	Бег на 1000 м.	1	урок	Спорт. двор	Техника бега. Развитие быстроты		15.09	
8	Бег на 1500 м.	1	соревнования	Спорт. двор	Техника бега. Развитие выносливости		16.09	
9	Упр. при прыжке в длину с разбега	1	урок	Спорт. двор	Совершенствование техники прыжка с разбега		20.09	
10	Прыжок в длину с разбега	1	урок	Спорт. двор	Техника прыжка в длину с разбега		22.09	
11	Разбег при прыжке в высоту, отталкивание	1	урок	Спорт. двор	Техника разбега при прыжке в высоту с разбега		23.09	
12	Переход планки при прыжке в высоту	1	урок	Спорт. двор	Техника перехода планки при прыжке в высоту		27.09	
13	Приземление при прыжке в высоту	1	урок	Спорт. двор	Техника приземления при прыжке в высоту		29.09	
14	Прыжок в высоту с разбега	1	Первенство класса по прыжку в высоту	Спорт. двор	Техника прыжка в высоту с разбега способом перешагивания.		30.09	

15	Метание теннисного мяча с места	1	урок	Спорт.двор	Упражнения для развития метания мяча с места и разбега	Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно , выявлять и устранять характерные ошибки	4.10	
16	Метание теннисного мяча на дальность	1	Первенств о класса по метанию мяча	Спорт.двор	Техника метания мяча с разбега	Применять беговые упражнения для развития физических качеств. Уметь демонстрировать отведение руки для замаха.	6.10	
17	метание мяча в цель	1	урок	спортзал	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	Уметь демонстрировать технику броска Применять упражнения в метании мяча для развития физических качеств, контролировать физическую нагрузку	7.10	
18	Прыжок в длину с места	1	Чемпионата по прыжкам вдлинау с места	спортзал		Демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений Применять прыжковые упражнения для развития физических качеств	11.10	
Гимнастика 8 часов								
19	Т.Б на уроках гимнастики. Акробатика	1	Смотр Знаний	спортзал	Правила безопасности и гигиенические требования	Знать требования инструкций, историю развития акробатики, акробатические упражнения	13.10	
20	Акробатическое соединение	1	урок	спортзал	Акробатическое соединение из семи элементов	Уметь демонстрировать технику выполнения акробатических упражнений	14.10	
21	Опорный прыжок	1	урок	спортзал	Техника опорного прыжка	Описывать технику опорных прыжков и осваивать ее	18.10	

22	Опорный прыжок через козла ноги врозь	1	урок	спортзал	Техника опорного прыжка через козла ноги врозь	Анализировать технику опорных прыжков, демонстрировать технику выполнения Демонстрировать технику опорного прыжка через козла согнув ноги	20.10	
23	Опорный прыжок через козла согнув ноги	1	урок	спортзал	Техника опорного прыжка через козла согнув ноги	Демонстрировать технику опорного прыжка. . Описывать технику упражнений. Знать подготовительные упражнения	21.10	
24	Учет опорного прыжка	1	Олимпиада	спортзал	Техника опорного прыжка через козла ноги врозь. Техника опорного прыжка через козла ноги врозь.	Описывать технику выполнения на гимнастической перекладине, составлять гимнастические комбинации Описывать технику выполнения на гимнастических брусьях, составлять гимнастические комбинации	25.10	
25	Подтягивание на перекладине	1	урок	спортзал	Техника подтягивания на перекладине. Упражнения виса и упора	Демонстрировать выполнения упражнений на гимнастических снарядах, уметь анализировать технику выполнения	27.10	
26	Комбинация упражнений на брусьях	1	урок	спортзал	Описывать технику выполнения на гимнастической перекладине, составлять гимнастические комбинации		28.10	

7 класс

2 четверть 2 2час

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
						план	факт
Гимнастика 7 часов							
1	ТБ на уроках гимнастики	1	Смотр знания	Правила техники безопасности при занятиях гимнастикой	Знать и соблюдать правила техники безопасности	8.11	
2	Стойка на голове и руках	1	урок	Техника выполнения стойки на голове и руках	Описывать и выполнять стойку на голове и руках. Применять упражнения для развития физических качеств	10.11	
3	Кувырок назад в полушпагат	1	Чемпионат по гимнастике	Техника выполнения кувырка назад в полушпагат	Описывать технику упражнений,	11.11	
4	Прыжок через козла согнув ноги	1	урок	Техника выполнения прыжка через козла согнув ноги	осваивать ее самостоятельно, демонстрировать выполнение упражнений, включать упражнения в различные формы занятий физической культуры	15.11	
5	Подтягивание на перекладине	1	соревновани я	Техника выполнения подтягивания на перекладине		17.11	
6	Подъем переворотом силой	1	соревновани е	Техника выполнения подъема переворотом силой	Описывать технику упражнения, демонстрировать выполнение	18.11	
7	Прыжки с высоты	1	урок	Техника выполнения прыжка с высоты	Демонстрировать технику прыжка с высоты, применять для развития физических качеств, выбирать индивидуальный режим физической	22.11	

					нагрузки, включать упражнения в различные формы занятий физической культурой		
--	--	--	--	--	--	--	--

Баскетбол 15 часов

1	Правила Т.Б. при занятиях баскетболом.	1	Смотр знания	Правила техники безопасности при занятиях баскетболом. Олимпийское движение	Знать требования инструкций. Устный опрос	24.11	
2	Стойки и перемещения игрока	1	урок	Техника выполнения стоек и перемещений игрока	Уметь перемещаться в различных стойках игрока. Применять технические ,тактические приемы в учебно-тренировочной игре в баскетбол.	25.11	
3	Сочетание способов передвижения	1	урок	Техника выполнения передвижения	Уметь демонстрировать технику ведения мяча в различных стойках, с изменением скорости, направления, спиной к защитнику передачи мяча на месте и в движении, выбивания мяча, бросков мяча на месте, в движении, после ведения на два шага, выбивания и вырывания мяча.	29.11	
4	Ведение мяча с изменением скорости	1	урок	Техника ведения мяча с изменением скорости		1.12	
5	Ведение мяча с изменением направления	1	Веселые старты	Техника выполнения ведения мяча с изменением направления		2.12	

6	Ведение мяча спиной	1	урок	Техника выполнения ведения мяча спиной к защитнику		6.12	
7	Выбивание мяча	1	урок	Техника выполнения выбивания мяча		8.12	
8	Вырывание и выбивание мяча	1	урок	Техника выполнения вырывания и выбивания мяча		9.12	
9	Бросок мяча на два шага	1	урок	Техника выполнения броска мяча после бега на два шага	Уметь выполнять технику броска мяча после бега, демонстрировать приемы передвижений и остановок, передач мяча одной рукой от плеча, ведения, остановок, бросков	13.12	
10	Бросок одной рукой от плеча	1	урок	Техника выполнения броска мяча одной рукой от плеча		15.12	
11	Штрафной бросок	1	Спортивный марфон	Техника выполнения штрафного броска	Уметь описывать технику выполнения штрафного броска , броска мяча из под защитника, индивидуальных, групповых и командных действий в защите и нападении в учебно-тренировочной игре баскетбол	16.12	
12	Бросок мяча с препятствием	1	урок	Техника выполнения броска мяча из под защитника		20.12	
13	Групповые тактические действия игроков	1	урок	Техника выполнения тактических действий игроков в игре баскетбол		22.12	
14	Бросок мяча в цель	1	урок	Техника броска мяча двумя руками в чель и с различных точек		23.12	

15	Броски мяча с различных точек	1	урок		Уметь демонстрировать выполнения броска мяча двумя руками с различных точек площадки	27.12	
----	-------------------------------	---	------	--	--	-------	--

7 "А"класс

3 четверть 31 час

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
						план	факт

Лыжная подготовка 17 часов							
1	ТБ на уроках лыжной подготовки.	1	Смотр знания	Правила техники безопасности при занятиях лыжной подготовкой.	Знать и соблюдать правила техники безопасности	10.01	
2	Одновременно одношажный ход.	1	урок	Техника выполнения одновременных и попеременных лыжных ходов.	Демонстрировать технику попеременных и одновременных и коньковых ходов.	12.01	
3	Скоростной вариант одновременного одношажного хода.	1	урок	Техника выполнения скоростного варианта одновременных и попеременных лыжных ходов		13.01	
4	Коньковый ход	1	урок	Техника выполнения конькового хода		17.01	
5	Совершенствование конькового хода	1	урок			19.01	
6	Одновременно бесшажный ход.	1	урок			20.01	
7	Переход с одновременного на попеременный ход.	1	урок	Техника выполнения перехода с одного хода на другой.	Демонстрировать технику перехода с одного хода на другой.	24.01	
8	Подъем "Ёлочкой".	1	урок	Техника различных способов подъемов и спусков с горы с торможением разными способами.	Описывать технику различных способов подъемов и спусков с горы с торможением разными способами.	26.01	
9	Подъем "лесенкой"	1	урок			27.01	
10	Преодоление контруклонов.	1	урок			31.01	
11	Спуск с горы с поворотом.	1	урок			2..02	
12	Торможение "полуплугом".	1	урок			3.02	
13	Торможение "плугом".	1	урок			7.02	

14	Одновременный одношажный ход	1	урок	Техника выполнения одновременно одношажного хода	Демонстрировать технику выполнения одновременно одношажного хода	9.02	
15	Преодоление бугров и впадин	1	урок	Техника прохождения и преодоления бугров и впадин	Демонстрировать технику прохождения и преодоления бугров и впадин	10.02	
16	Попеременный двухшажный ход	1	урок	Техника выполнения попеременно двухшажного хода	ДЖемонстрировать технику выполнения попеременно двухшажного хода	14.02	
17	Эстафеты на дистанции 200м.	1	Первенст во класса	Техника выполнения прохождения эстафеты	Демонстрировать технику выполнения эстафеты.	16.02	
18	Эстафета на дистанции 500м.	1	Первенст во класса			17.02	
19	Гонка на дистанцию 1.5 км.	1	Первенст во класса	Техника прохождения дистанции. Распределение сил на дистанции.	Демонстрировать технику прохождения различных дистанций.	21.02	
20	Гонка на дистанцию 2 км.	1	Первенст во класса			28.02	
21	Гонка на дистанцию 3 км.		Первенст во класса			2.03	
22	Гонка на дистанцию 5 км. без учета времени					3.03	

Волейбол 9 час

№	Тема занятия	Кол – во часов	Форма занятия	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
						план	факт
1	Правила Т. Б. при занятиях волейболом.	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Олимпийское движение	Знать требования инструкций. Устный опрос	7.03	

2	Стойки и перемещения игрока	1	урок	Техника выполнения стойки и перемещения игрока	. Уметь перемещаться в различных стойках игрока.	9.03	
3	Верхняя передача мяча.	1	урок	Техника выполнения передач в парах	Уметь демонстрировать технику выполнения передач в парах а также с низу в падении	10.03	
4	Передачи мяча в парах.	1	соревнование	Техника выполнения Приема мяча с низу в падении	Уметь описывать технику верхней прямой подачи , подачи по зонам и приема мяча с подачи.	14.03	
5	Верхняя передача мяча в тройках	1	урок			16.03	
6	Передача мяча в парах через сетку	1	эстафета	Техника выполнения Верхней прямой подачи.		17.03	
7	Передача мяча с низу в падении	1	урок	Техника приема мяча с подач.		21.03	
8	Прием мяча с подачи.	1	урок			23.03	
9	Прямой нападающий удар.	1	урок	. Техника прямого нападающего удара.	Уметь демонстрировать технику прямого нападающего удара и блокирования	24.03	

7 класс- 24 часа

4 четверть

№	Тема занятия			Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения
---	--------------	--	--	---------------------	--	-----------------

		Кол – во часов	Форма проведени я			план	факт
--	--	----------------------	-------------------------	--	--	------	------

Волейбол-16

1	Т.Б на уроках при занятиях волейболом.	1	Смотр Знаний	Правила безопасности и гигиенические требования	Знать требования инструкций, историю развития волейбола.	4.04	
2	Стоки игрока.	1		Техника стоки игрока.	Уметь демонстрировать технику стоек и перемещения игрока.	6.04	
3	Перемещения игрока.	1		Техника стойки и перемещения игрока.		7.04	
4	Верхняя прямая подача по зонам 1,5, 6..	1	соревнование	Техника нижней прямой подачи.	Анализировать технику нижней прямой подачи.	11.04	
5	Прием мяча двумя руками с низу.	1	урок	Техника приема мяча снизу.	Демонстрировать технику приема мяча снизу и сверху.	13.04	
6	Прямой нападающий удар	1	урок	Техника прямого нападающего удара		14.04	
7	Промежуточная аттестация	1	урок	Техника выполнения контрольных тестов	Демонстрировать технику выполнения контрольных тестов	18.04	
8	Промежуточная аттестация	1	урок			20.04	

9	Одиночное блокирование	1	урок	Техника одиночного блокирования мяча	Демонстрировать технику выполнения одиночного блокирования мяча	21.04	
10	Групповое блокирование			Техника выполнения группового блокирования мяча	Демонстрировать технику выполнения группового блокирования мяча	25.04	
11	Прямой нападающий удар по зонам 1,5		соревнование	Техника выполнения прямого нападающего удара по зонам 1, 5	Демонстрировать технику выполнения прямого нападающего удара по зонам 1, 5	27.04	
12	Прием нападающего удара			Техника выполнения приема мяча двумя руками с низу после нападающего удара а также в падении одной рукой и после отскока мяча от сетки	Демонстрировать технику выполнения приема мяча двумя руками с низу после нападающего удара а также в падении одной рукой и после отскока мяча от сетки	28.04	
13	Прием мяча одной рукой в падении					2.05	
14	Прием мяча от сетки					4.05	
15	Нападающий удар со 2 линии			Техника выполнения нападающего удара со второй линии	Демонстрировать технику выполнения прямого нападающего удара со второй линии	5.05	
16	Учебная игра Волейбол	1	соревнование	Техника игры в волейбол	Демонстрировать технику игры в волейбол по правилам	11.05	

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА 8 часов

1	Т.Б. при занятиях легкой атлетикой.	1	Смотр знания	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по л/а.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности;	12.05	
2	Низкий старт	1	урок	Комплекс ОРУ. Повторение ранее пройденных строевых упражнений. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (30 – 60 м) с максимальной скоростью. Старты из различных И. П. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 15 – 20 с.).	Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;	16.05	
3	Стартовый разгон 20 м.	1	урок		Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;	18.05	
4	Скоростной бег до 60 метров	1	соревнование	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения	Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.	19.05	
5	Бег на 500м	1	урок	Техника бега на короткие дистанции. Развитие быстроты	Знать требования инструкций.	23.05	
6	Бег на 1000м	1	урок	Совершенствование техники бега на средние дистанции		25.05	
7	. Бег на 2000 м без учета времени	1	Первенство класса	Техника бега на длинные дистанции	Олимпийские игры в древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх.	26.05	
8	Бег 1500м	1	Соревнование	Техника бега. Развитие выносливости	Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции	30.05	

1	Правила Т.Б. при занятиях легкой атлетикой.	1	Смотр знаний	Акт	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по л/а.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного усвоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности;	2.09	
2	Низкий старт	1	урок	Спорт. двор	Комплекс ОРУ. Повторение ранее пройденных строевых упражнений. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (30 – 60 м) с максимальной скоростью. Старты из различных И. П. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 15 – 20 с.).	Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;	5.09	
3	Стартовый разгон до 30 м.	1	урок	Спорт. двор		Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющие ограниченные возможности и нарушение состояния здоровья;	7.09	
4	Равномерный бег в течении 8 мин	1	урок	Спорт. двор	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения		9.09	
5	Скоростной бег до 40 м	1	урок	спорт.двор	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Скоростной до 50 метров.	Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.	12.09	
6	Скоростной бег до 50 метров	1	урок	Спорт. двор		Знать требования инструкций.	14.09	
7	бег 60 м.	1	Первенство класса	Спорт. двор	Техника бега. Развитие быстроты	Олимпийские игры в древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх.	16.09	
8	Бег в равномерном темпе до 10 минут	1	урок	Спорт.двор	Техника бега. Развитие выносливости		19.09	

9	Бег в равномерном темпе до 15 минут	1	урок	Спорт. двор	Совершенствование техники бега	Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции	21.09	
10	Бег на 500м	1	урок	Спорт.двор	Дистанция 3х200 м с финальным ускорением	Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно , выявлять и устранять характерные ошибки	23.09	
11	Бег на 1000м	1	урок	Спорт.двор	Техника бега на средние дистанции	Применять беговые упражнения для развития физических качеств	26.09	
12	Бег на 1500м	1	Кросс «Золотая осень»	Спорт.двор	Дыхательные упражнения в режиме скоростной выносливости	Уметь демонстрировать финальное усилие в беге	28.09	
13	Бег на 2000м.	1	Первенство 8 -9 класса по легкой атлетике	Спорт. двор	Забег на 200, 500, 1000 м	Применять беговые упражнения для развития физических качеств. Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать ее по ЧСС.	30.09	
14	Метание теннисного мяча с места	1	урок	Спорт двор	Техника метания мяча с места.	Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно , выявлять и устранять характерные ошибки	3.10	
15	Метание теннисного мяча на дальность	1	урок	Спорт.двор	Упражнения для развития метания мяча с места и разбега	Уметь демонстрировать физические кондиции (скоростную выносливость)	5.10	
16	Прыжок в длину с места	1	Первенство 8 класса по	Спорт.двор	Техника прыжка в длину с места	Демонстрировать вариативные выполнения беговых упражнений	7.10	
						Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно , выявлять и устранять характерные ошибки		

			метанию мяча			Применять беговые упражнения для развития физических качеств.		
17	Прыжок в высоту с разбега	1	Первенств о класса	спортзал	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	<p>Уметь демонстрировать отведение руки для замаха.</p> <p>Уметь демонстрировать технику броска</p> <p>Применять упражнения в метании мяча для развития физических качеств, контролировать физическую нагрузку</p> <p>Применять прыжковые упражнения для развития физических качеств</p>	10.10	
Гимнастика 8 часов								
18	Т.Б на уроках гимнастики. Акробатика	1	Смотр Знаний	спортзал	Правила безопасности и гигиенические требования	Знать требования инструкций, историю развития акробатики, акробатические упражнения	12.10	
19	Акробатическо е соединение	1		спортзал	Акробатическое соединение из семи элементов	Уметь демонстрировать технику выполнения акробатических упражнений	14.10	
20	Опорный прыжок	1		спортзал	Техника опорного прыжка	Описывать технику опорных прыжков и осваивать ее	17.10	
21	Опорный прыжок через козла ноги врозь	1		спортзал	Техника опорного прыжка через козла ноги врозь	Анализировать технику опорных прыжков, демонстрировать технику выполнения	19.10	
22	Опорный прыжок через	1		спортзал	Техника опорного прыжка через козла согнув ноги	Демонстрировать технику опорного прыжка через козла согнув ноги	21.10	

	козла согнув ноги					Демонстрировать технику опорного прыжка. . Описывать технику упражнений. Знать подготовительные упражнения		
23	Учет опорного прыжка	1	Олимпиа да	спортзал	Техника опорного прыжка через козла ноги врозь. Техника опорного прыжка через козла ноги врозь.	Описывать технику выполнения на гимнастической перекладине, составлять гимнастические комбинации Описывать технику выполнения на гимнастических брусьях, составлять гимнастические комбинации Демонстрировать выполнения упражнений на гимнастических снарядах, уметь анализировать технику выполнения	24.10	
24	Подтягивание на перекладине	1	урок	спортзал	Техника подтягивания на перекладине. Упражнения виса и упора		26.10	
25	Комбинация упражнений на брусьях	1	урок	спортзал	Описывать технику выполнения на гимнастической перекладине, составлять гимнастические комбинации		28.10	

№	Тема урока	Кол-во часов	Форма занятий	Место проведения	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт
Гимнастика 7 часов								
1	Т.Б. на уроках гимнастики	1	Смотр знаний	Актный зал	Правила техники безопасности при занятиях гимнастикой. Знать требования инструкций Олимпийское движение	Описывать и выполнять акробатические упражнения. Применять упражнения для развития физических качеств	7.11	
2	Стойка на голове и руках	1	урок	Гимнастический зал	Техника выполнения стойки на голове и руках	Знать технику выполнения стойки на голове и руках	9.11	
3	Кувырок назад в упор стоя ноги врозь	1	урок	Гимнастический зал	Техника выполнения кувырка назад в упор стоя ноги врозь	Уметь выполнять технику выполнения кувырка назад в упор стоя ноги врозь	11.11	
4	Прыжок через коня боком	1	урок	Гимнастический зал	Техника выполнения прыжка через коня боком.	Техника акробатических упражнений Уметь правильно выполнять технику выполнения прыжка через коня боком	14.11	
5	Подтягивание на перекладине	1	соревнование		Техника выполнения подтягивания на перекладине	Уметь демонстрировать подтягивание на высокой перекладине (мальчики) на низкой перекладине (девочки)	16.11	

6	Подъем переворотом силой	1	соревнование		Техника выполнения подъема переворотом силой	Уметь демонстрировать выполнение подъема переворотом силой	18.11	
7	Подъем разгибом в сед ноги врозь	1	урок	Гимнастический зал	Техника выполнения подъема разгибом в сед ноги врозь	Демонстрировать выполнение подъема разгибом в сед ноги врозь. Применять для развития физических качеств	21.11	
Баскетбол 15 часов								
1	Правила Т.Б. при занятиях баскетболом	1	Смотр знаний	Актальный зал	Правила техники безопасности при занятиях баскетболом. Олимпийское движение	Знать требование инструкций. Устный опрос	23.11	
2	Стойки и перемещение игрока	1	урок	Спортзал	Техника выполнения стоек и перемещения игрока	Уметь демонстрировать технику выполнения стойки и перемещения игрока	25.11	
3	Ведение мяча в различных стойках	1		спортзал	Техника выполнения ведения игроком мяча в различных стойках и перемещения игрока	Уметь демонстрировать технику выполнения ведения игроком мяча в различных стойках	28.11	
4	Передача мяча одной рукой от плеча	1	урок	Спорт.зал	Техника выполнения передачи мяча одной рукой от плеча	Уметь демонстрировать технику выполнения передачи мяча одной рукой от плеча.	30.11	
5	Передача мяча при встречном движении	1	урок	Спорт.зал	Техника передачи мяча при встречном движении	Уметь демонстрировать технику выполнения передачи мяча при встречном движении	2.12	

6	Бросок мяча в кольцо в движении	1	соревнования	Спорт. зал	Техника выполнения броска мяча в кольцо в движении	Уметь выполнять технику броска мяча в кольцо в движении	6.12		
7	Бросок мяча в кольцо одной рукой	1		Спорт. зал	Техника выполнения броска мяча в кольцо одной рукой	Знать и демонстрировать технику выполнения броска мяча в кольцо одной рукой	7.12		
8	Вырывание и выбивание мяча	1	урок	Спорт. зал	Техника вырывания и выбивания мяча. Специальные упражнения	Уметь выполнять технику вырывания и выбивания мяча	9.12		
9	Штрафной бросок	1	соревнования	Спорт.зал	Техника выполнения штрафного броска	Уметь выполнять технику штрафного броска	12.12		
10	Сочетание приемов передач, ведения, бросков	1	урок	Спорт.зал	Техника выполнения приемов передач, ведения и бросков	Уметь демонстрировать технику выполнения приемов передач, ведения и бросков	14.12		
11	Сочетание приемов передач, ведения, бросков	1	урок	Спорт.зал			16.12		
12	Индивидуальные тактические действия игроков в защите	1	урок	Спорт.зал	Техника выполнения тактических действий игроков в защите и в нападении	Уметь демонстрировать технику выполнения действий игроков в защите и в нападении	19.12		
14	Индивидуальные тактические действия игроков в нападении	1	урок	Спорт.зал			21.12		

1 6	Учебно тренировочн ая игра Баскетбол	1	Первенство класса	Спорт.зал		Уметь демонстрировать технику выполнения игры в баскетбол, знание правил игры в баскетбол	23.12	
--------	---	---	----------------------	-----------	--	---	-------	--

3 четверть, 8 класс 31 час

№	Тема урока	Кол- во часо в	Форма занятий	Место проведени я	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт
Лыжная подготовка 22 час								
1	ТБ на уроках лыжной подготовки.	1	Смотр знания		Правила техники безопасности при занятиях лыжной подготовкой.	Знать и соблюдать правила техники безопасности	9.01	
2	Одновременно одношажный ход.	1			Техника выполнения одновременных и попеременных лыжных ходов.	Демонстрировать технику попеременных и одновременных и коньковых ходов.	11.01	
3	Скоростной вариант одновременного одношажного хода.	1			Техника выполнения скоростного варианта одновременных и поперемнных лыжных ходов		13.01	
4	Коньковый ход	1			Техника выполнения конькового хода		16.01	
5	Совершенствовани е конькового хода	1					18.01	
6	Одновременно бесшажный ход.	1			Техника выполнения одновременно бесшажного хода	Демонстрировать технику выполнения одновременно бесшажного хода	20.01	
7	Переход с одновременного на попеременный ход.	1			Техника выполнения перехода с одного хода на другой	Демонстрировать технику перехода с одного хода на другой.	23.01	
8	Подъем "Ёлочкой".	1	.		. Техника различных способов подъемов и спусков с горы с торможением разными способами	Описывать технику различных способов подъемов и спусков с горы с	25.01	
9	Подъем "лесенкой"	1					27.01	
10	Преодоление контруклонов.	1					30.01	

11	Спуск с горы с поворотом.	1				торможением разными способами	1.02	
12	Торможение "полуплугом".	1					3.02	
13	Торможение "плугом".	1					6.02	
14	Обгон соперника	1	.				8.02	
15	Стартовый разгон	1					10.02	
16	Финиширование дистанции	1					13.02	
17	Эстафеты на дистанции 200м.	1			Техника выполнения эстафеты	. Демонстрировать технику выполнения эстафеты.	15.02	
18	Эстафета на дистанции 500м.	1	Веселые старты				17.02	
19	Гонка на дистанцию 1.500 м	1	соревнование		Техника прохождения различных дистанций. Распределение сил на различные дистанции	Демонстрировать технику прохождения различных дистанций	20.02	
20	Гонка на дистанцию 2 км.	1	соревнование				22.02	
21	Гонка на дистанцию 3 км.	1	Первенство класса				27.02	
22	Гонка на дистанцию 5км	1	Первенство класса				1.03	

Волейбол 9 часов

№	Тема урока	Кол-во часов	Форма занятий	Место проведения	Основное содержание	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
							план	факт
1	Правила Т.Б. при занятиях волейболом.	1	Смотр знаний		Правила техники безопасности при занятиях волейболом.	Знать требования инструкций.	3.03	

					Олимпийское движение	Устный опрос		
2	Стойки и перемещения игрока	1			Техника выполнения стойки и перемещения игрока Техника выполнения передач в парах	. Уметь перемещаться в различных стойках игрока.	6.03	
3	Верхняя передача мяча.	1				Уметь демонстрировать технику выполнения передач в парах а также с низу в падении	10.03	
4	Прием мяча с низу в падении	1			Техника выполнения приема мяча с низу в падении	Уметь демонстрировать технику выполнения приема мяча с низу в падении	13.03	
5	Верхняя прямая подача.	1			Техника выполнения Верхней прямой подачи.	Уметь описывать технику прямой подачи и приема мяча с подачи. верхней	15.03	
6	Верхняя прямая подача по зонам.	1					17.03	
7	Прямой нападающий удар.	1	Веселые старты		Техника прямого нападающего удара.		20.03	
8	Блокирование.	1			Техника блокирования.	Уметь демонстрировать технику прямого нападающего удара и блокирования.	22.03	
9	Учебно - тренировочная игра.	1	Первенство класса		Техника игры в волейбол.	Уметь описывать технику игры в волейбол.	24.03	
		1						

8 класс 4 четверть, 24 час

№	Тема урока	Кол-во часов	Форма проведения	Элементы содержания	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
						план	факт
баскетбол 15 часов							
1	Правила Т.Б. при занятиях баскетболом	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях баскетболом. Олимпийское движение	Знать требование инструкций. Устный опрос	3.04	
2	Стойки и перемещение игрока	1		Техника выполнения стоек и перемещения игрока	Уметь демонстрировать технику выполнения стойки и перемещения игрока	5.04	
3	Ведение мяча в различных стойках	1		Техника выполнения ведения игроком мяча в различных стойках и перемещения игрока	Уметь демонстрировать технику выполнения ведения игроком мяча в различных стойках	7.04	
4	Передача мяча одной рукой от плеча	1		Техника выполнения передачи мяча одной рукой от плеча.	Уметь демонстрировать технику выполнения передачи мяча одной рукой от плеча.	10.04	
5	Передача мяча при встречном движении	1	эстафета	Техника передачи мяча при встречном движении	Уметь демонстрировать технику выполнения передачи мяча при встречном движении	12.04	
6	Бросок мяча в кольцо в движении	1		Техника выполнения броска мяча в кольцо в движении	Уметь выполнять технику броска мяча в кольцо в движении	14.04	

7	Бросок мяча с различных точек	1	соревнование	Техника выполнения броска мяча с различных точек	Знать и демонстрировать технику выполнения броска мяча с различных точек	17.04	
8	Промежуточная аттестация	1		Техника выполнения контрольных тестов	Знать и демонстрировать технику выполнения контрольных тестов	19.04	
9	Бросок мяча с трехочковой линии			Техника выполнения контрольных тестов	Знать и демонстрировать технику выполнения контрольных тестов	21.04	
10	Штрафной бросок	1	соревнование			24.04	
11	Сочетание приемов передач, ведения, бросков	1		Техника выполнения приемов передач, ведения и бросков	Уметь демонстрировать технику выполнения приемов передач, ведения и бросков	26.04	
12	Индивидуальные тактические действия игроков в защите	1		Техника выполнения тактических действий игроков в защите и в нападении	Уметь демонстрировать технику выполнения действий игроков в защите и нападении	28.04	
13	Индивидуальные тактические действия игроков в нападении	1				3.05	
14	Выбивание мяча	1		Техника выполнения выбивания мяча у соперника	Уметь демонстрировать технику выбивания мяча у соперника	5.05	

15	Подбор мяча от щита	1		Техника выполнения подбора мяча отскочившего от щита после броска мяча	Уметь демонстрировать технику подбора мяча от щита отскочившего после выполнения броска	10.05	
Легкая атлетика 9 часов							
1	Правила Т.Б. при занятиях легкой атлетикой.	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях легкой атлетикой. Олимпийское движение	Знать требования инструкций	12.05	
2	Техника низкого старта	1		Техника низкого старта	Знать технику выполнения низкого старта	15.05	
3	Стартовый разгон до 30 м.	1		Техника стартового разгона. Специальные упражнения.	Знать технику выполнения стартового разгона. Уметь выполнять упражнения	17.05	
4	Бег 60 м	1		Беговые упражнения.	Уметь выполнять технику бегового шага	29.05	
5	Эстафетный бег 4*100	1		Беговые упражнения. Техника передачи эстафетной палочки.	Уметь правильно выполнять эстафетную палочку. Знать технику выполнения эстафетного бега	22.05	
6	Бег в равномерном темпе в течении 10 м.	1		Беговые упражнения. Равномерный и переменный бег.	Уметь демонстрировать физические кондиции (скоростную выносливость)	24.05	

7	Бег 1000 м			ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения	Демонстрировать выполнение беговых упражнений на средние и длинные дистанции. Применять беговые упражнения, контролировать физическую нагрузку на протяжении дистанции	26.05	
8	Бег 1500 м	1				29.05	
9	Бег на 2 000 м	1	Первенство класса			31.05	

9 класс 1 четверть (25 час)

2 четверть, 9 класс 22 час

№	Тема урока	Кол-во часов	Формы проведения	Элементы содержания	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
						план	факт
			Гимнастика 8 часов				
1	Т.Б. на уроках гимнастики	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях гимнастикой. Олимпийское движение	Знать требования инструкций	7.11	

2	Стойка на руках	1		Техника выполнения стойки на руках	Знать технику выполнения стойки на руках	9.11	
3	Из стойки на руках кувырок вперед			Техника выполнения из стойки на руках кувырок вперед	Знать технику выполнения из стойки на руках кувырок вперед	10.11	
4	Кувырок назад в упор стоя ноги врозь	1		Техника выполнения кувырка назад в упор стоя ноги врозь	Уметь выполнять технику выполнения кувырка назад в упор стоя ноги врозь	14.11	
5	Комбинация акробатических упражнений		Первенство класса	Техника выполнения акробатических упражнений	Уметь выполнять акробатические упражнения	16.11	
6	Прыжок через коня согнув ноги	1		Техника выполнения прыжка через коня согнув ноги.	Уметь правильно выполнять технику выполнения прыжка через коня согнув ноги	17.11	
7	Подтягивание на перекладине	1	соревнование	Техника выполнения подтягивания на перекладине	Уметь демонстрировать подтягивание на высокой перекладине (мальчики) на низкой перекладине (девочки)	21.11	
8	Подъем переворотом силой	1	Первенство класса	Техника выполнения подъема переворотом силой	Уметь демонстрировать выполнение подъема переворотом силой	23.11	
			Баскетбол 14 часов				
1	Правила Т.Б. при занятиях баскетболом	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях баскетболом. Олимпийское движение	Знать требование инструкций. Устный опрос	24.11	

2	Стойки и перемещение игрока	1		Техника выполнения стоек и перемещения игрока	Уметь демонстрировать технику выполнения стойки и перемещения игрока	28.11	
3	Ведение мяча в различных стойках	1		Техника выполнения ведения игроком мяча в различных стойках стоек и перемещения игрока	Уметь демонстрировать технику выполнения ведения игроком мяча в различных стойках	30.11	
4	Передача мяча одной рукой от плеча	1		Техника выполнения передачи мяча одной рукой от плеча.	Уметь демонстрировать технику выполнения передачи мяча одной рукой от плеча.	1.12	
5	Передача мяча при встречном движении	1		Техника передачи мяча при встречном движении	Уметь демонстрировать технику выполнения передачи мяча при встречном движении	5.12	
6	Бросок мяча в кольцо в движении	1		Техника выполнения броска мяча в кольцо в движении	Уметь выполнять технику броска мяча в кольцо в движении	7.12	
7	Бросок мяча в кольцо одной рукой	1		Техника выполнения броска мяча в кольцо одной рукой	Знать и демонстрировать технику выполнения броска мяча в кольцо одной рукой	8.12	
8	Вырывание и выбивание мяча	1		Техника вырывания и выбивания мяча. Специальные упражнения	Уметь выполнять технику вырывания и выбивания мяча	12.12	
9	Штрафной бросок	1	соревнование	Техника выполнения штрафного броска	Уметь выполнять технику штрафного броска	14.12	
10	Сочетание приемов передач, ведения, бросков	1		Техника выполнения приемов передач, ведения и бросков	Уметь демонстрировать технику выполнения приемов передач, ведения и бросков	15.12	

11	Сочетание приемов передач, ведения, бросков	1				19.12	
12	Индивидуальные тактические действия игроков в защите	1				21.12	
13	Индивидуальные тактические действия игроков в нападении	1		Техника выполнения тактических действий игроков в защите и в нападении	Уметь демонстрировать индивидуальные тактические действия , технику выполнения действий игроков в защите и нападении а также их взаимодействие	22.12	
14	Учебно тактическая игра баскетбол	1	Первенство класса	Техника игры в баскетбол	Уметь демонстрировать игру баскетбол, знать правила игры.	26.12	

9 класс

3 четверть 31 час

№	Тема урока	Ко л- во час ов	Форма проведения	Элементы содержания	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
						план	факт

Лыжная подготовка 18 часов							
1	ТБ на уроках лыжной подготовки.	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях лыжной подготовкой.	Знать и соблюдать правила техники безопасности	9.01	
2	Одновременно одношажный ход.	1		Техника выполнения одновременных, попеременных, четырехшажных лыжных ходов.	Уметь демонстрировать технику попеременных, одновременных и четырехшажных ходов а также конькового хода	11.01	
3	Совершенствование одновременного одношажного хода.	1				12.01	
4	Попеременно четырехшажный ход	1				16.01	
5	Совершенствование попеременного четырехшажного хода.	1				18.01	
6	Коньковый ход	1		Техника выполнения конькового хода	Уметь демонстрировать технику перехода с одного хода на другой.	19.01	
7	Совершенствование коньковым ходом	1				23.01	
8	Подъем "Ёлочкой".	1		Техника различных способов подъемов и спусков с горы с торможением разными способами.	Уметь демонстрировать и описывать технику различных способов	25.01	
9	Подъем "лесенкой"	1				26.01	
10	Преодоление контруклонов.	1				30.01	
11	Спуск с горы с поворотом.	1				1.02	

12	Торможение "полуплугом".	1			подъемов и спусков с горы с торможением	2.02	
13	Торможение "плугом".	1			разными способами.	6.02	
14	Лыжная эстафета 1000 м	1	Эстафета	Техника выполнения различными ходами	Уметь демонстрировать технику различных ходов на различных дистанциях.	8.02	
15	Гонка на дистанции 3 км	1	Первенство класса			9.02	
16	Гонка на дистанцию 5 км.	1	Первенство класса	Техника прохождения дистанции. Распределение сил на дистанции 5-10 км	Уметь демонстрировать технику прохождения дистанций на лыжной гонки.	13.02	
17	Гонка на дистанцию 8 км. без учета времени	1	Первенство класса			15.02	
18	Прохождение дистанции 10 км. без учета времени	1	Первенство класса			16.02	

Волейбол 13 часов

1	Правила Т.Б. при занятиях волейболом.	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Олимпийское движение	Знать требования инструкций. Устный опрос	20.02	
2	Стойки и перемещения игрока	1		Техника выполнения стойки и перемещения игрока	Уметь демонстрировать перемещения в различных стойках игрока.	22.02	
3	Верхняя передача мяча в парах.	1	эстафета	Техника выполнения передач в парах и тройках.	Уметь демонстрировать технику выполнения передач в парах и тройках.	27.02	
4	Передачи мяча в тройках.	1				1.03	

5	Прием мяча с низу в падении	1			Уметь описывать технику верхней 4.03прямой подачи и приема мяча с подачи.	2.03	
6	Верхняя прямая подача.	1		Техника выполнения Верхней прямой подачи.		6.03	
7	Верхняя прямая подача по зонам.	1				9.03	
8	Прием мяча с подачи.	1		Техника приема мяча с подач.	Уметь демонстрировать прием мяча с подачи	13.03	
9	Прямой нападающий удар.	1		Техника прямого нападающего удара.	Уметь демонстрировать технику прямого нападающего удара, нападающего удара по зонам1,3,5.. одиночного и группового блокирования.	15.03	
10	Нападающий удар по зонам	1		Техника прямого нападающего удара. по зонам 1,6,5		16.03	
11	Блокирование.	1		Техника одиночного блокирования.		20.03	
12	Групповое блокирование	1		Техника группового блокирования		22.03	
13	Учебно тренировочная игра	1	Первенство класса	Техника игры в волейбол	Уметь демонстрировать технику игру в волейбол по правилам	23.03	

4 четверть, 9 класс

24 часов

№	Тема урока	Кол-во часов	Форма проведения	Элементы содержания	Характеристика основных видов деятельности	Дата проведения	
						план	факт
Баскетбол 13 часов							
1	Правила Т.Б. при занятиях баскетболом	1	Смотр знания	Правила техники безопасности при занятиях баскетболом. Олимпийское движение	Знать требование инструкций. Устный опрос	3.04	
2	Стойки и перемещение игрока	1		Техника выполнения стоек и перемещения игрока	Уметь демонстрировать технику выполнения стойки и перемещения игрока	5.04	
3	Ведение мяча в различных стойках	1		Техника выполнения ведения игроком мяча в различных стойках и перемещения игрока	Уметь демонстрировать технику выполнения ведения игроком мяча в различных стойках	6.04	
4	Передача мяча одной рукой в движении	1		Техника выполнения передачи мяча одной рукой от плеча.	Уметь демонстрировать технику выполнения передачи мяча одной рукой от плеча.	10.04	
5	Передача мяча при встречном движении	1	эстафета	Техника передачи мяча при встречном движении	Уметь демонстрировать технику выполнения передачи мяча при встречном движении	12.04	
6	Бросок мяча в кольцо	1		Техника выполнения броска в кол	Уметь выполнять технику броска	13.04	
7	Промежуточная аттестация	1		Техника выполнения контрольных тестов	Уметь выполнять технику контрольных тестов	17.04	
8	Промежуточная аттестация	1		Техника выполнения контрольных тестов	Уметь выполнять технику контрольных тестов	19.04	

9	Штрафной бросок	1	Соревнование	Техника выполнения штрафного броска	Уметь выполнять технику штрафного броска	20.04	
10	Бросок мяча в прыжке	1	Эстафета	Техника выполнения приемов передач, ведения и бросков	Уметь демонстрировать технику выполнения приемов передач, ведения и бросков	24.04	
11	Сочетание передач, ведения, бросков	1				26.04	
12	тактические действия в защите	1			Уметь демонстрировать технику выполнения действий игроков в защите и нападении и в игре	27.04	
13	Учебно-тактическая игра баскетбол	1	Первенство класса			3.05	
			Легкая атлетика 11 часов				
1	Правила Т.Б. на занятиях легкой атлетикой.	1	Смотр знаний	Правила техники безопасности при занятиях легкой атлетикой. Олимпийское движение	Знать требования инструкций	4.05	
2	Техника спринторского бега	1		Техника спринторского бега	Знать технику выполнения спринторского бега	6.05	
3	Метание мяча	1		Техника метания мяча		10.05	
4	Прыжок в длину с места	1		Техника прыжка в длину с места		11.05	
5	Прыжок в длину с разбега	1		Техника выполнения прыжка в длину с разбега		13.05	
6	Прыжок в высоту с разбега	1		Техника выполнения прыжка в высоту с разбега		15.05	
7	Бег 60 м			. Беговые упражнения	Уметь выполнять технику бегового шага	17.05	
8	Бег 100 м	1				18.05	
9	Эстафетный бег 4*100м	1	Эстафета	Беговые упражнения. Техника передачи эстафетной палочки.	Уметь правильно выполнять эстафетную палочку. Знать технику выполнения эстафетного бега	22.05	

10	Бег 2000 м	1	Соревнование	Техника бега на 2000 м	Уметь демонстрировать физические кондиции (скоростную выносливость)	24.05	
11	Бег 3000 м без учета времени	1	Первенство класса	Техника бега на 3000 м	Уметь демонстрировать физические кондиции (скоростную выносливость)	25.05	

Учебники:

- Физическая культура, В.И. Лях, 5 -7 класс, Москва, Просвещение, 2012г.
- Рабочая программа по физической культуре, В.И. Лях, Москва, Просвещение, 2013

Примерное распределение учебных часов по темам определено годовым перспективно - тематическим планированием изучения материала.